



RAPPORT ANNUEL D'ACTIVITÉS 2023-2024



Mieux-Naitre à Laval

Ensemble pour accueillir la vie

TABLE DES MATIÈRES

MOT DU PRÉSIDENT ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE.....	3
PRÉSENTATION DE L'ORGANISME	4
Mieux-Naître à Laval, un fier organisme communautaire autonome!	4
Qui sommes-nous?	5
Valeurs qui guident notre action	6
Historique – Ligne du temps	7
VIE ASSOCIATIVE ET ÉQUIPE	9
Assemblée générale annuelle des membres.....	9
Conseil d'administration.....	9
Rencontres du Conseil d'administration	10
Planification stratégique.....	10
L'adhésion et les membres	12
L'équipe.....	12
Les bénévoles	15
UN MILIEU DE VIE ANIMÉ	16
Portrait des familles.....	16
Partenaires de l'offre de services	17
1. Rencontres prénatales.....	18
2. Accompagnement à la naissance – Projet pilote	20
3. Relevailles	23
4. Activités communautaires	25
5. Ateliers ponctuels de groupe.....	27
6. Sessions d'activités de groupe.....	28
7. Écoute et référence	30
8. Services privés tarifés.....	30
MNL DANS LA COMMUNAUTÉ.....	31
Projet Ensemble pour accueillir la vie – ENVIE – Mobiliser, développer.....	31
MNL, un acteur de partenariat dynamique	33
Communications.....	36
FINANCEMENT.....	39
PERSPECTIVES 2024-2025.....	40

MOT DU PRÉSIDENT ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Chères et chers membres, ami-e-s et partenaires,

L'année 2023-2024 est marquée par un élan de développement des plus motivants : du financement accru, une équipe qui s'agrandit, de nouveaux moyens technologiques et une démarche de planification stratégique qui éclaire notre chemin.

Un moment marquant cette année fut très certainement le Lac-à-l'épaule où le CA et l'équipe ont travaillé ensemble à réfléchir l'avenir et le développement de MNL, mais aussi, où on a resserré nos liens en dansant et en changeant le monde autour d'un mémorable feu de camp! La famille MNL est fière de vous présenter une mission et une vision actualisées, tout comme elle est motivée à s'atteler aux initiatives retenues dans son nouveau plan quinquennal.

Le projet Ensemble pour accueillir la vie (ENVIE) demeure un chantier majeur. Fort de la contribution d'une diversité de partenaires et de citoyen-ne-s enthousiastes, le projet a obtenu un financement de la Politique régionale de développement sociale (PRDS). Cette somme permettra à deux ressources humaines d'ancrer bientôt le rêve dans la réalité. De son côté, la constitution en OBNL du Collectif autour d'une tasse (CAT) nous permet d'envisager de façon plus concrète l'installation d'ENVIE dans le magnifique bâtiment des Sœurs missionnaires de l'Immaculée Conception (SMIC), situé dans le secteur du métro Cartier.

Par ailleurs, depuis juin 2023, un nouveau site Internet transactionnel, en lien avec une base de données sur mesure, a été inauguré. Cette innovation technologique a propulsé notre volet d'économie sociale en rendant nos processus d'inscription beaucoup plus efficaces et en permettant de rediriger nos énergies sur le développement de l'offre de services et de nos activités communautaires.

Avec ces avancées, nous franchissons une étape cruciale pour agrandir notre champ d'action en périnatalité à Laval où encore bien des besoins, auxquels nous ne répondons toujours pas, demeurent considérables.

La prochaine année s'annonce encore plus prometteuse alors que l'impact de MNL dans sa communauté s'amplifie grâce à une équipe compétente, engagée, bienveillante auprès des familles comme dans ses rangs et surtout, hautement passionnée. Comme dirigeants de MNL, nous profitons de l'occasion pour exprimer toute notre gratitude à cette équipe d'exception. Grâce à vous, MNL fait une réelle différence dans la vie des futurs et des nouveaux parents.



Guillaume & Lysane

PRÉSENTATION DE L'ORGANISME

Mieux-Naître à Laval, un fier organisme communautaire autonome!

Saviez-vous que MNL est un organisme d'action communautaire autonome (OCA)?

Cela signifie que notre organisme respecte les **huit critères de l'Action communautaire autonome** (ACA) listés dans l'image ci-dessous!

Les critères 5, 6, 7 et 8 sont spécifiques aux organismes communautaires AUTONOMES.

Notre équipe est fière que MNL soit officiellement reconnu comme OCA par le Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval (CISSSL). Nous valorisons fortement notre rôle d'agent de transformation sociale. C'est pourquoi vous retrouverez au travers de ce rapport annuel les sceaux de l'action communautaire autonome!

Pour aller plus loin!
Découvrez 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.

Les 8 critères de l'action communautaire autonome



1. Être un organisme à but non lucratif



2. Être enraciné dans sa communauté



3. Entretenir une vie associative et démocratique



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



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



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



7. Avoir des pratiques citoyennes et une approche globale



8. Avoir un CA indépendant du réseau public

Qui sommes-nous?

Mieux-Naitre à Laval est un organisme à but non lucratif¹ dont la **mission** est la suivante :

Mieux-Naitre à Laval (MNL) accompagne les futurs et nouveaux parents, afin qu'ils vivent la venue de leur-s enfant-s de la façon la plus harmonieuse et satisfaisante possible, en proposant un milieu de vie, en offrant du soutien et des services en périnatalité tout en portant la voix citoyenne pour l'accès au service des sages-femmes dans la région.

Cette mission a d'ailleurs été actualisée cette année dans le cadre de la démarche de planification stratégique. L'organisme s'est également doté d'une toute nouvelle **vision** pour les cinq prochaines années :

En 2029, tant au plan régional que national, MNL est un acteur de partenariat dynamique et collaboratif qui rayonne au sein d'un pôle communautaire innovant où l'on offre des services inclusifs, dont ceux des sages-femmes. Son expertise spécifique en périnatalité inspire et contribue à l'amélioration continue des pratiques.

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.

¹ Mieux-Naitre à Laval est 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.

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 sollicitude² de leur communauté, cette famille élargie. La collectivité joue un rôle clé pour l'équilibre et l'harmonie de la famille.

La solidarité³ – 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'empowerment⁴ – 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.

² 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)

³ 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)

⁴ 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)

2008

Création par la TCLCF du Comité Périnatalité Laval, composé de 20-25 femmes

2009

Développement par le Comité de la vision d'un projet intégrateur réunissant sous un même toit un Centre de ressources périnatales (CRP) et une Maison de naissance (MdN)

Journée internationale des sages-femmes



2011

Phase de prédémarrage et d'élaboration du plan d'affaires

Premier conseil d'administration en



2010

Naissance officielle de Mieux-Naitre à Laval: choix du nom, assemblée générale de fondation et adoption de la mission

2012

- Début des causeries dans les centres communautaires et bibliothèques
- Première édition de « En marche pour les bedons » (EMPB)

Ligne du temps

2013

Amorce d'une campagne de financement majeure
Activité de sensibilisation avec la projection du film *L'Arbre et le nid* et 2^e édition d'EMPB

2014

Lancement des rencontres prénatales et des ateliers de massage pour bébé dans deux maisons de la famille
3^e édition d'EMPB

Inauguration des locaux de MNL



Emménagement dans des locaux à Duvernay grâce au soutien financier des partenaires régionaux

2015

Entente avec le CSSS de Laval pour financer les relevailles à domicile



1^{re} cohorte de rencontres prénatales

2016

- Déploiement de l'offre de services : 37 activités différentes au calendrier en janvier 2016
- Intensification des démarches pour l'obtention d'un financement récurrent

Nos membres au conseil municipal

2017

Faute d'un financement adéquat du MSSS, mise à pied du personnel et suspension de la plupart des activités sauf les relevailles et les causeries (animées par des bénévoles)

Création de la Coalition Pour nos bébés; nombreuses représentations politiques et forte mobilisation citoyenne

Appui des partis d'opposition



Poursuite des représentations pour la survie de MNL

Appui exceptionnel du maire Marc Demers, de la Ville de Laval et de nombreux partenaires

Promesse de François Legault de financer MNL s'il est élu

2018



2019



Annnonce de la Ministre McCann chez MNL

Obtention d'un financement récurrent de 250 000\$ du MSSS non seulement pour MNL, mais pour tous les CRP du Québec

Après la 10^e demande annuelle, reconnaissance de l'éligibilité de MNL au PSOC

2020

- Relance des activités et embauche
- Reprise du dialogue avec le CISSS pour le projet de maison de naissance
- Pandémie, transfert de la plupart des activités en mode virtuel ou à l'extérieur

2021

Reprise graduelle des activités en présence

Rehaussement du financement pour l'offre de rencontres prénatales

Mobilisation d'une quinzaine de partenaires pour le Projet Ensemble pour accueillir la vie (ENVIE)

2022

Constitution de la cellule de travail ENVIE, liée à la PRDS, pour réunir diverses ressources en périnatalité sous le même toit, incluant une Maison de naissance

Bonification de l'offre de services de MNL en continu



Rencontres prénatales chez MNL



Soirée réseautage Projet ENVIE

2023

Rehaussement du financement pour l'offre de services postnataux

Mise en ligne d'un nouveau site web transactionnel
Démarche de planification stratégique avec des objectifs de développement pour les 5 prochaines années

Dépôt, par la cellule ENVIE, d'une demande de financement à la PRDS



Lac-a-l'Épave - Planification stratégique

2024

- Obtention d'un financement de plus de 150 000 \$ de la PRDS pour l'embauche de 2 employé-e-s dédié-e-s au Projet ENVIE
- Consolidation et développement de l'offre de services



VIE ASSOCIATIVE ET ÉQUIPE



Assemblée générale annuelle des membres

Tenue en formule hybride, l'assemblée générale annuelle a eu lieu le 28 juin 2023 et a réuni 36 participant-e-s et quelques bébés. L'assemblée a été présidée et animée par Annie Houle de la CDC de Laval. L'AGA fut l'occasion d'élire le nouveau conseil d'administration de l'organisme :

Conseil d'administration

- **Guillaume Lajoie**, président
Conseiller en relations publiques
- **Nawel Benazza**, vice-présidente
Conseillère indépendante, VP régionale exécutive, Arbonne, et ancienne usagère
- **Suzane Dumas**, secrétaire
Enseignante retraitée en Techniques d'éducation à l'enfance et bénévole à l'animation de causeries
- **Stéphanie Chartrand**, trésorière
BAC comptabilité, SPA Paies et assurances collectives, et ancienne usagère
- **Rafael Alencar De Paula**, administrateur
Ingénieur, expert en amélioration continue et usager
- **Mounia Amine**, administratrice
Sage-femme, usagère et membre de MNL depuis 2009
- **Mathilde Pointud**, administratrice
Coordonnatrice de projet, Regroupement pour la valorisation de la paternité, et ancienne usagère
- **Lysane Grégoire**, membre d'office sans droit de vote
Directrice générale, MNL



Guillaume Lajoie
Président



Nawel Benazza
Vice-présidente



Suzane Dumas
Secrétaire



Stéphanie Chartrand
Trésorière



Rafael Alencar De Paula
Administrateur



Mounia Amine
Administratrice



Mathilde Pointud
Administratrice

Rencontres du Conseil d'administration

Le Conseil d'administration s'est rencontré à 10 reprises en rencontres régulières et a tenu une rencontre extraordinaire le 13 février 2024 pour adopter la demande annuelle au PSOC pour sa mission globale et pour 5 activités spécifiques qui ne sont pas financées de façon suffisante.

Rencontres régulières, de la 127^e à la 136^e - 25 avril, 17 mai, 22 juin, 14 août, 20 septembre, 24 octobre, 22 novembre et 19 décembre 2023, 20 février et 20 mars 2024.

Dossiers principaux suivis par le CA

- Poursuite et finalisation de la démarche de planification stratégique (section suivante);
- Projet ENVIE, *Ensemble pour accueillir la vie*, 2^e demande de financement à la PRDS;
- Collectif Autour d'une tasse (CAT), démarrage de l'OBNL, la direction de MNL est administratrice au CA du CAT;
- Représentations politiques et avec les partenaires majeurs;
- Signature par le président d'une lettre ouverte dénonçant l'atteinte aux principes fondamentaux de la profession sage-femme par le projet de Loi 15;
- Dossiers RH et participations à des rencontres (embauches, arrêts de travail);
- Indexation salariale de 5.1%, applicable au 1^{er} mai 2024, ce qui correspond à l'indice des prix à la consommation pour la grande région métropolitaine et permet aux employées de conserver leur pouvoir d'achat. Le CA maintient ainsi sa position en étant une locomotive au sein du mouvement qui vise la reconnaissance, à leur juste valeur, des employé-e-s du secteur communautaire.

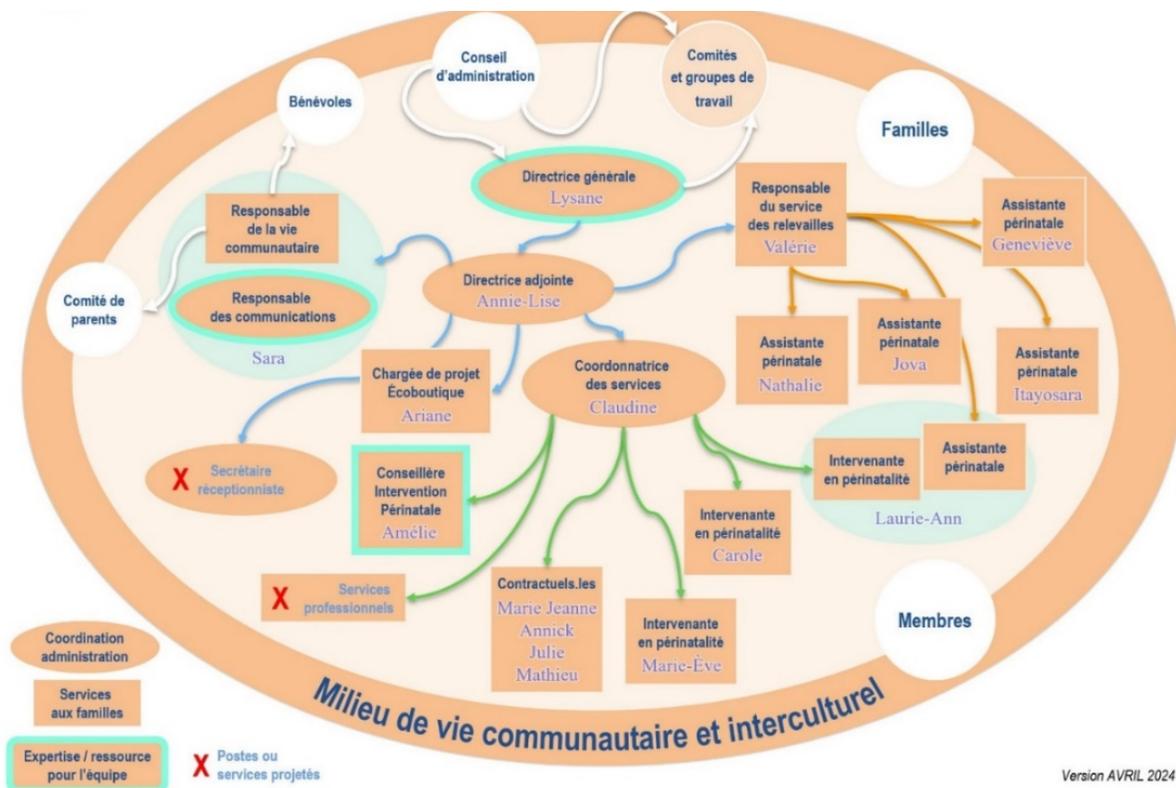
Planification stratégique

- 1) Démarche participative impliquant l'équipe de travail et le CA (les membres ont participé par voie de sondages, des entrevues ont permis la participation de partenaires et de bailleurs de fonds);

Quelques faits saillants des consultations menées auprès des employées, partenaires et participant-e-s

- La **motivation moyenne** des employées s'élève à 4,33/5.
- Le **niveau de satisfaction global des partenaires** est de 8,64/10.
- 98% des **participant-e-s sondé-e-s** se sont dit totalement satisfait-e-s (69%) ou plutôt satisfait-e-s (29%) des activités et services reçus chez MNL;
- **Les participant-e-s apprécient le plus** : la qualité de l'expertise, l'accueil chaleureux et l'espace convivial, l'ouverture, l'écoute et le non-jugement, la possibilité d'échanger et briser l'isolement, de se créer un réseau, ainsi que la qualité et la variété des services et activités.

- 2) Diagnostique et analyse des forces, opportunités d'amélioration, opportunités à saisir et risques à considérer (F.O.O.R.);
- 3) Révision de la mission et de la vision;
- 4) Lac-à l'Épaule menant à l'élaboration d'un plan stratégique sur 5 ans avec feuille de route détaillée sur 1 an. Voici les initiatives prioritaires pour l'année 1 :
 - a) Axe 1 : Développement de l'offre de service (volet économie sociale / communautaire et Projet ENVIE)
 - i) Établir des **balises entourant les activités de l'offre de service** et identifier les ajustements requis à l'offre actuelle (tarif, présence, virtuel, vidéo, inscription, recours à des partenaires externes, service de proximité (lieux), langue, relevailles, diversité, outil ADS +, etc.);
 - ii) Développer un plan et une politique de **bénévolat** (attraction, engagement, reconnaissance, renforcer, implication vie communautaire);
 - iii) Poursuivre le **projet ENVIE** (le porter en collaboration avec des partenaires).
 - b) Axe 2 : Communication Stratégique et visibilité (Agent de mobilisation et de changement)
 - i) Développer un **plan de relations gouvernementales et relations publiques**. (Concertation multi-niveaux, partenaires, appuis politiques).
 - c) Axe 3 : Gouvernance / RH / processus
 - i) Analyser et mettre à jour l'**organigramme** en fonction des besoins actuels et recruter selon les besoins priorités;
 - ii) Améliorer la gestion administrative (liste des priorités (politiques, législation, tenue de dossier, etc.) et des opérations ainsi que les **processus** internes.



L'adhésion et les membres

En date du 31 mars 2024, **595 personnes avaient choisi d'adhérer à la mission et aux valeurs de MNL en devenant membres de l'organisme**. La quasi-totalité des membres sont des familles usagères.

À noter que depuis janvier 2023, seul-e-s les membres bénéficient du tarif modulé selon le revenu familial. Les activités gratuites sont également réservées aux membres, à l'exception des rencontres prénatales et causeries. Notons que nous offrons d'emblée gracieusement l'adhésion aux familles qui bénéficient du service de relevailles.

De plus, l'adhésion est maintenant familiale, ce qui signifie que le ou la partenaire de la personne qui adhère devient membre également.

Partenaires de la carte de membre

Les partenaires de la carte de membre offrent des rabais à nos membres. Ces entreprises québécoises ont été choisies pour la qualité des produits qu'elles offrent aux nouvelles familles.



momzelle



L'équipe

Sous le signe de la croissance et du développement, voici les principaux mouvements de personnel de l'année :

Relevailles

- L'équipe de relevailles a eu quelques défis à recruter l'équipe nécessaire pour offrir les services prévus à la suite du rehaussement du financement pour le soutien postnatal.

Les deux premières assistantes périnatales embauchées ont quitté rapidement pour diverses raisons, mais elles ont pu être rapidement remplacées. En fin d'année, l'équipe compte 6 assistantes périnatales dument formées, principalement à temps partiel.

Intervention

- Une assistante périnatale, ayant suivi sa formation d'accompagnante à la naissance, a commencé à s'impliquer dans l'équipe d'intervention à compter du printemps 2023. Elle a d'ailleurs pu augmenter ses heures d'intervention en début d'année 2024.
- Grâce au financement reçu pour offrir davantage de soutien postnatal, une intervenante périnatale a été embauchée pour un contrat de 6 mois.

Administration-gestion

- La planification stratégique a mené au constat de la nécessité de créer un poste de direction adjointe qui a été comblé en mars 2024.
- Un contrat à durée déterminée a été confié à une chargée de projet afin de suivre le parcours Enracine du Pôle régional d'économie sociale de Laval (PRESL) et de développer un plan d'affaire pour l'écoboutique prévue au projet ENVIE.

Nous sommes fières d'avoir une équipe dévouée et épanouie, toujours disposée à offrir bienveillance et écoute aux familles.

Rangée du haut : Carole Gulglielmo, Amélie Blanchette, Geneviève G. Laforest, Lysane Grégoire, Sara Frattolillo, Annie-Lise Dupré, Nathalie Lévesque, Valérie Turcotte;
Rangée du bas : Laurie-Ann Richard, Claudine Carbray, Ariane Lefebvre, Itayosara Sabogal, Marie-Ève Nadeau; Jova Diaz (dans la pastille)



« Travailler chez MNL, c'est se retrouver dans un milieu chaleureux, bienveillant, inclusif, doux et humain, comme une grande famille aimante! C'est par ce que MNL incarne que l'on trouve l'opportunité d'évoluer autant au niveau personnel que professionnel. C'est aussi la chance immense de pouvoir accompagner des humains, tous aussi uniques les uns que les autres, et de les voir se découvrir, se comprendre, apprendre et grandir lors de leur traversée vers la parentalité de cet enfant. C'est un immense privilège de faire partie de ce beau noyau de vie! » - Laurie

Formation continue

MNL consacre temps et ressources afin que l'équipe renforce ses compétences et demeure toujours à la fine pointe des connaissances en périnatalité. De plus, grâce à ces formations, nous cherchons à répondre de la façon la plus humaine et adéquate possible dans diverses situations complexes vécues par les familles telles que le deuil ou la violence conjugale. De plus, lors de leur embauche, toutes les employées suivent un **parcours d'intégration** sous la supervision et avec le soutien de notre conseillère en intervention périnatale. Cette dernière a également le mandat de s'assurer que toutes les informations et contenus communiqués aux familles sont à jour et en concordance avec les données probantes.

Faits marquants

- Au cours des dernières années, nous avons pu **accompagner des dévoilements et des cheminements de femmes vivant de la violence conjugale.** Nous référons ensuite les personnes, lorsqu'elles sont prêtes, vers les ressources spécialisées.

Pour bien accompagner ces personnes, 11 membres de l'équipe ont bénéficié de 6 heures de formation de base en violence conjugale (RCRPQ et RVP); 9 d'entre elles ont poursuivi avec une formation avancée de 4 heures. Enfin, 2 intervenantes ont conclu le parcours par 1 heure 30 de communauté de savoirs et pratiques sur cette thématique.

- Lors de rencontres de grande équipe mensuelle, quatre périodes ont été dédiées à des **transferts de connaissances.** Les personnes qui suivent des formations ont donc le mandat de transmettre l'essentiel au sein de l'équipe afin de faire rayonner les apprentissages reçus auprès d'un maximum de familles.

Catégorie de formation	Nbre d'heures
Intervention en périnatalité	107,00 hres
Parcours d'intégration	101,25 hres
Violence conjugale	98,00 hres
Paternité	33,75 hres
Entrepreneuriat (parcours Enracine)	29,25 hres
Santé mentale et DPP	28,00 hres
Allaitement, développement du bébé	24,25 hres
Intervention	17,00 hres
Action communautaire ou bénévole	14,25 hres
Gestion/RH	10,00 hres
LGBTQ+	8,00 hres
Immigration	4,00 hres
Total des heures de formation	474,75 hres

Conditions de travail

MNL a vraiment à cœur d'offrir un environnement de travail sain, sécurisant et motivant à son équipe. En ce sens, voici quelques actions posées en cours d'année ;

- **Indexations salariales annuelles** qui suivent l'indice des prix à la consommation (IPC) et qui s'ajoutent aux 2% lors des changements d'échelons;
- Amorce des démarches pour obtenir le **sceau CONCILIVI** afin de mettre en lumière et toujours améliorer les pratiques en matière de conciliation famille-travail;
- **Conditions de travail respectueuses de l'investissement des accompagnantes à la naissance** (jours de garde, imprévisibilité et durée des accouchements);
- **Prise en compte des aspirations et besoins des employées**, accommodements divers pour assurer leur bien-être (nombre d'heures de travail, répartition des mandats selon les intérêts, télétravail...).

Les bénévoles

Les forces bénévoles de MNL ont continué de se déployer en 2023-2024. L'implication bénévole a permis notamment :

- La reprise du **groupe de marche de façon hebdomadaire** d'avril à novembre;
- L'animation de **plusieurs nouveaux thèmes de causerie**, tels que la charge mentale des nouveaux parents, l'intimité du couple après l'arrivée de bébé ou encore, l'ambivalence maternelle;
- L'organisation d'un **party d'Halloween**;
- Le **soutien au redémarrage du service de prêt de livres** (qui sera en fonction en 2024);
- La poursuite des rencontres du **club de tricot**;
- La reprise des **café-friperies** (7) de façon régulière (grâce au tri de vêtements).



Nous avons également accueilli deux futures étudiantes sage-femme qui souhaitent compléter leur implication communautaire obligatoire de 27 heures chez MNL.

À noter que lors de l'exercice de planification stratégique, le développement d'un plan et d'une politique de bénévolat a été priorisée pour l'année 2024-2025.

Avec l'implication du conseil d'administration et des autres bénévoles, MNL a bénéficié de plus de **1300 heures de bénévolat**. Un remerciement des plus chaleureux à tous les bénévoles!

UN MILIEU DE VIE ANIMÉ

Encore cette année, MNL a fait preuve d'adaptation et d'agilité pour adapter son offre de services et pouvoir répondre aux besoins des familles. Les changements majeurs ont été :

- L'atteinte de l'offre optimale de rencontres prénatales, en termes de nombre de sessions, avec le financement disponible;
- La réalisation d'un projet-pilote pour le service d'accompagnement à la naissance;
- Le rehaussement du soutien postnatal (relevailles et les cocons, groupes d'échange);
- La mise à contribution de bénévoles pour le développement et la diversification des activités communautaires.

ACTIVITÉS	2015-16	2016-17	2017-18	2018-19	2019-20	2020-21	2021-22	2022-23	2023-24	Variation annuelle
GRATUITES	246	817	595	842	1 395	1 339	1 688	2 220	2349	+5.81%
TARIFIÉES *	263	710	319	120	110	244	384	697	828	+18.79%
TOUTES ACTIVITÉS	509	1 527	914	962	1 513	1 583	2 072	2917	3189	+9.33%
NBRE DE PARTICIPANTS DIFFÉRENTS **	-	-	-	-	-	-	-	-	1146	-
REVENUS (\$)	14 273	49 608	21 062	8 981	8 765	5 280	22 342	43 107	59 856	+38.85%

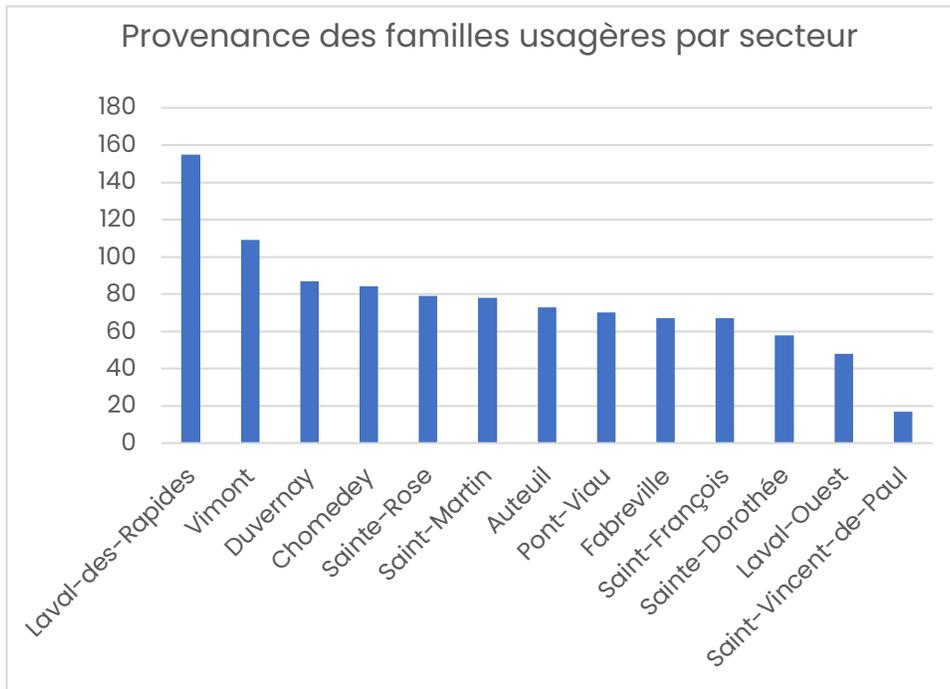
* Excluant les locations de salle.

** La base de données de MNL nous permet, pour une première fois, de connaître le nombre de personnes différentes qui participent à nos activités.

Portrait des familles

Voici quelques données intéressantes sur les familles qui fréquentent MNL :

- La grande majorité des familles participant à nos activités sont lavalloises. En effet, **92 % des inscriptions - toutes activités confondues - proviennent de personnes habitant à Laval**. Les familles provenant des villes avoisinantes participent de façon occasionnelle et plus particulièrement aux activités virtuelles ou pour le service de bain thalasso.
- Les familles usagères lavalloises proviennent de tous les secteurs de Laval avec une **provenance plus marquée du quartier Laval-des-Rapides**.
- Près de 200 familles membres ont bénéficié du mode de tarification sociale accordant des **rabais de 5% à 75% selon leur revenu familial**, avec une moyenne de 33%, ce qui représente **11 820\$ d'économie pour nos membres**.



Partenaires de l'offre de services



1. Rencontres prénatales

Notre équipe est fière d'avoir atteint sa vitesse de croisière cette année en proposant le nombre de sessions maximales en présence, compte tenu du financement dont MNL dispose actuellement. Considérant les bénéfices supérieurs associés aux rencontres en présence⁵, **un financement accru serait souhaitable** afin d'offrir davantage de sessions. Notons que **les sessions en présence sont toujours complètes** et que nous gérons une liste d'attente pour cette activité. Toute demande peut cependant toujours être comblée par une session virtuelle.

Faits marquants

- On note **une hausse des inscriptions de mères mono/soloparentales** à la préparation à la naissance. Cette année, nous avons reçu 7 mères monoparentales dans les rencontres prénatales en présence.
- Nous avons tenu les rencontres en présence chez les différents partenaires ciblés par l'entente.
 - 3 sessions à la **Maison de quartier Vimont** (Vimont-Auteuil)
 - 1 session à la **Maison de la famille La Parentèle de Laval** (Laval-des-Rapides)
L'idéal étant qu'un·e intervenant·e de l'organisme puisse nous accueillir et animer les groupes de pères/co-parents, nous avons dû attendre que La Parentèle comble son poste d'intervenant·e paternité.
 - 3 sessions au 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)
 - 4 sessions chez Mieux-Naître à Laval (Duvernay)
- **Le nombre total de participants est similaire à celui de l'an passé.** Deux éléments peuvent expliquer cette situation :
 - Nous avons offert **60 places de plus en présentiel**, ce qui a probablement affecté la participation en mode virtuel (la moyenne de participant·e·s par session virtuelle est passée de 54 en 2022-23 à 48 en 2023-24).
 - L'offre a augmenté sur le territoire puisque le CISSS de Laval a recommencé à offrir des rencontres prénatales en janvier 2024.
- La préparation à la naissance est la **porte d'entrée vers nos autres services**. On constate que les personnes qui ont assisté à des rencontres prénatales en présence

⁵ Parmi les bénéfices associés aux rencontres prénatales en présence, notons : rencontres plus nombreuses (8 plutôt que 5 en virtuel), 4 périodes d'échange entre hommes seulement et entre femmes seulement, conditions plus favorables au développement de liens entre les participants (briser l'isolement), proximité plus grande avec l'intervenante, premier contact avec l'organisme et donc une plus grande probabilité d'y revenir après la naissance.

sont plus enclines à participer à d'autres activités ou services offerts par MNL que celles qui ont participé aux rencontres virtuelles. Nous visons un changement à notre base de données qui permettra de chiffrer ce constat de façon plus précise.

- Étant donné la complexité du contenu, les nuances requises et la quantité d'information donnée lors des rencontres prénatales, **la période de formation et d'intégration d'une nouvelle animatrice est d'environ six mois.** Celle-ci est soutenue et encadrée afin de bien s'approprier la posture d'intervention ainsi que les valeurs de MNL, afin d'assurer un service de qualité qui soit le plus homogène possible dans les différents points de service. Cette année, MNL a investi ce temps pour former une nouvelle intervenante qui a offert sa première session seule en fin d'année financière.

« J'ai particulièrement aimé le partage des informations et des outils au niveau global et au niveau personnel qui se transmet dans les cours prénataux. Je me suis sentie apaisée et mon niveau de peur par rapport à l'accouchement a diminué progressivement. Je suis très reconnaissante à votre équipe de m'avoir accueillie, écoutée et aidée durant ce parcours. Cela a vraiment eu un impact sur les premiers mois suivant la naissance de mon bébé et surtout sur ma vision de ce que la communauté peut nous (m') apporter au quotidien. »

Rencontres prénatales					
	Nbre de sessions	Nbre mères	Nbre pères	Autres (grand-parent, amie...)	Nbre total de participant-e-s
Session en présence : 9 x 2h*	11	103	95	7	205
Comparatif 2022-2023	8	80	74		154
Session virtuelle : 5 x 2h30	8	207	177		384
Comparatif 2022-2023	8	229	201		430
TOTAUX EN 2023-2024	19	310	272	7	589
Comparatif 2022-2023	16	309	275		584

* 8 rencontres prénatales + 1 rencontre postnatale. Chaque session de rencontres prénatales est suivie d'un party de bébé prévu environ deux mois après les naissances. Chaque cohorte a donc l'occasion de se retrouver et d'échanger sur leur expérience de nouveaux parents.

2. Accompagnement à la naissance – Projet pilote

Grâce à un financement ponctuel, imprévu et non récurrent de la Direction de santé publique du CISSS de Laval, MNL a décidé de mettre en place un service d'accompagnement à la naissance. En effet,



MNL demande chaque année un financement pour ce service essentiel dont les bénéficiaires sont reconnus depuis longtemps⁶. D'ailleurs, le ministère de la Santé a intégré, dans son tout dernier Plan d'action en périnatalité (mars 2024), le déploiement de l'accompagnement à la naissance. MNL se positionne donc avantageusement avec ce projet-pilote pour actualiser ce service.

Pour aller plus loin!

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.

[En savoir plus.](#)

L'accompagnement mise sur le **développement d'un lien de confiance**, afin que les parents puissent partager leurs désirs comme leurs inquiétudes, connaître leurs droits et bénéficier d'un soutien continu pendant toute la durée du travail et de l'accouchement, sans rupture de lien. Cette **présence connue et 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 ainsi que leur satisfaction.**

Critères d'admissibilité :

- Participer à nos rencontres prénatales;
- Résider à Laval;
- Avoir une date prévue d'accouchement durant les dates de disponibilité de nos accompagnantes;
- Lors de la sélection des familles, nous priorisons celles qui cumulent des facteurs de vulnérabilité tels que mono/soloparentalité, réseau social faible, enjeux de santé mentale ou physique, parcours de deuil, précarité financière, etc.

Le service comprend :

- Deux rencontres prénatales privées
- La présence de l'accompagnante lors de l'accouchement
- Du soutien téléphonique/texto durant toute la durée du service
- Une rencontre postnatale à domicile

⁶ Selon Klaus, Marshall H., John Kennel et Phyllis Klaus. *Mothering the Mother. How a Doula Can Help You Have a Shorter, Easier, and Healthier Birth.* Reading, Massachusetts: Addison-Wesley Publishing House, 1993, l'accompagnement permet : des diminutions de 50% du taux de césarienne, de 25% de la durée totale du travail, de 60% du recours à l'épidurale, de 40% de l'utilisation d'hormones de synthèse (Pitocin, Syntocinon) et de 30% de l'utilisation des forceps.

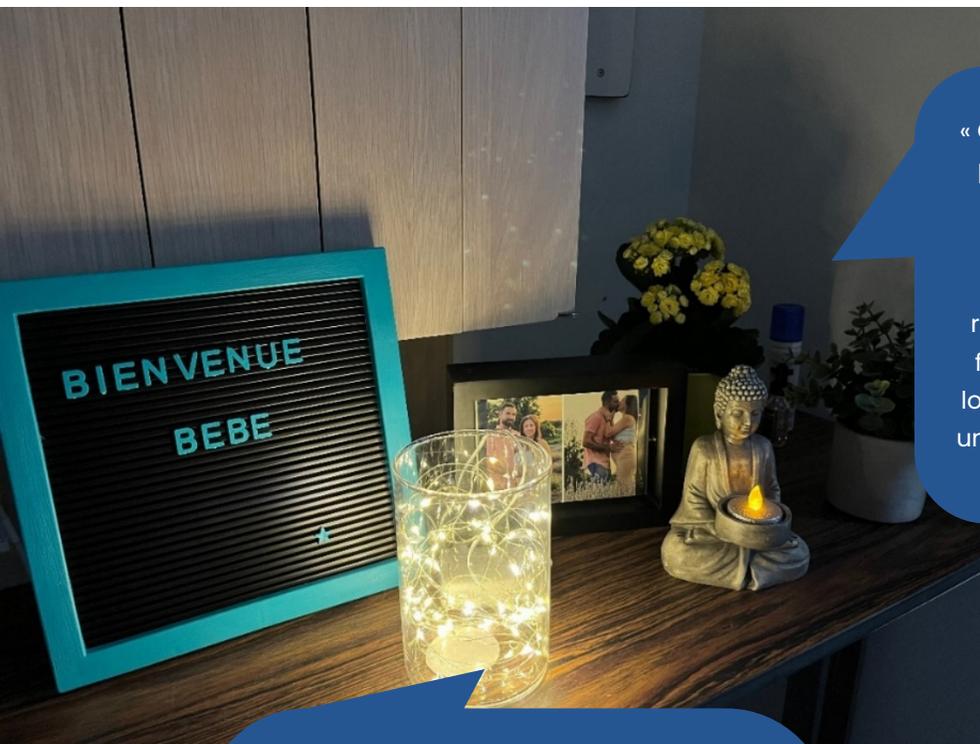
Le service est donné par nos intervenantes périnatales qui ont toujours une formation d'accompagnante à la naissance. Elles se relaient pour assurer une relève lors de l'accouchement en cas d'imprévu.

Offrir un service d'accompagnement présente plusieurs défis organisationnels qui valent grandement la peine d'être relevés! Voici quelques éléments pris en considération dans l'organisation de ce service :

- Prévoir des plans B en mobilisant toute l'équipe lorsque des activités offertes chez MNL perdent leur animatrice appelée à se rendre à un accouchement;
- Organiser le service selon les dates prévues d'accouchement, alors que les moments réels des naissances sont imprévisibles. Le rythme d'un accompagnement par mois, nous permet de jongler avec l'incertitude sans affecter nos autres services.
- Devoir refuser de répondre à des demandes par faute de moyens, alors que leurs besoins soient tous légitimes.

*Le recrutement des familles a été fait soit directement en personne, soit par l'envoi d'un formulaire à des futurs parents qui avaient suivi nos rencontres prénatales. **Notre équipe a pu accompagner 7 familles, dont 4 mères monoparentales, avec une moyenne d'investissement de 29 heures par famille. Nous n'avons pas été en mesure de répondre à 16 demandes malgré les besoins importants exprimés.** Nous espérons pouvoir offrir ce service à un plus grand nombre prochainement.*

C'est avec brio que nous avons relevé le défi de faire vivre ce projet, nous motivant à poursuivre cette offre dans les années futures. Nous sommes fières d'avoir développé un **modèle communautaire gratuit** pour l'organisation du service d'accompagnement à la naissance. Ce mode de fonctionnement **permet aussi à nos accompagnantes de bénéficier de conditions de travail adéquates, reconnaissant leur engagement à faire ce qu'elles font le mieux : être près des familles le Jour J.**



« Ce que j'ai le plus aimé? Sa présence tant rassurante, ses bons conseils, son expertise. **Amélie** est une personne vraiment rassurante, disponible et le fait de l'avoir près de nous lors de l'accouchement était une magnifique expérience. »

« Étant nouvellement arrivée au Québec, enceinte, j'ai eu à faire à certains organismes. Je dirai que Mieux Naître est celui qui m'a tendu les bras en premier de manière chaleureuse. J'ai bénéficié de votre soutien tout au long de ma grossesse, jusqu'à l'accouchement. Je n'étais pas seule.

Je me sens redevable.

Merci beaucoup à **Marie-Ève** qui m'a énormément soutenue pendant ma grossesse et mon accouchement. »



« Jamais je n'aurais pensé être aussi zen et accepter aussi longtemps la douleur, le soutien de **Laurie** était excessivement important dans ma démarche, elle avait des alternatives pour soulager la douleur et aidait à mon mental. »

3. Relevailles

L'année 2023-2024 fut une grande année pour l'équipe du service de relevailles qui a vu ses moyens augmenter grâce à un nouveau financement visant les relevailles et le soutien postnatal, obtenu au milieu de l'année.



L'année fut donc marquée, pour une 3e année consécutive, par **l'agrandissement de l'équipe d'assistantes périnatales**. Trois nouvelles assistantes périnatales ont été embauchées (en juillet 2023, en février 2024 et en avril 2024) et sont toujours à l'emploi. L'embauche de nouvelles assistantes périnatales n'a pas été chose facile, car deux autres assistantes périnatales ont également été embauchées et formées fin 2023 mais ont quitté leur poste pour différentes raisons d'ordre personnel.

L'équipe est donc maintenant composée d'une responsable du service des relevailles qui offre aussi quelques services hebdomadaires, ainsi que de cinq autres assistantes périnatales (1 à temps plein et 4 à temps partiel). L'équipe de six personnes a pu offrir une **moyenne de 16 à 20 services de relevailles par semaine dans la dernière année. Nous avons offert 580 services soit 100 services de plus que le mandat prévu à notre entente initiale avec le CISSS qui est de 480 services.** Cette augmentation de services est attribuable au financement supplémentaire obtenu et appliqué au cours des 2 derniers trimestres.



Absentes de la photo : Geneviève G. Laforest et Jova Diaz

ANNÉE 2023-2024			
Trimestre	Débutant le	Nbre de services prévus à l'entente	Nbre de services réalisés
1	1 ^{er} avril 2023	120	122
2	1 ^{er} juillet 2023	120	115
3	1 ^{er} octobre 2023	120	159
4	1 ^{er} janvier 2024	120	184
TOTAUX EN 2023-2024		480	580
Comparatif 2022-2023		368	430

Soulignons que malgré ce rehaussement, ce service essentiel génère encore une importante liste d'attente alimentée de nouvelles demandes de familles éprouvées qui s'ajoutent chaque semaine. Cette mission se poursuivra donc au courant de la prochaine année avec, nous l'espérons, une équipe de travail plus stable.

Au total, 90 familles ont bénéficié du service de relevailles en 2023–2024, incluant 18 familles monoparentales ou soloparentales.

Notons que depuis octobre 2022, nous offrons occasionnellement un service de relevailles à tarif modulé selon le revenu familial à une famille à la fois. 34 services ont été offerts au cours de l'année sous ce mode de tarification sociale.

Par ailleurs, en cours d'année, 118 services ont été annulés et 69 d'entre eux ont été remplacés par des familles de la liste d'attente ou de la liste de rappel lors d'une annulation.

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

- Maladie, fièvre chez les assistantes périnatales ou les familles
- Autres indisponibilités (d'ordre familiale ou de santé) parmi l'équipe
- Impossibilité de remplacer le service en raison de délais trop courts pour contacter les familles de la liste de rappel en cas d'annulation

Saviez-vous que?

Nous avons fait **plus de 70 dons de vêtements et d'équipement** à des familles accompagnées par le service de relevailles, référées par les intervenant-e-s du CISSS de Laval ou par d'autres partenaires communautaires.



« Chère **Valérie**, je tiens à exprimer toute ma gratitude pour ton support inestimable tout au long de notre parcours ensemble. De la rencontre d'évaluation jusqu'au tout dernier service de relevailles, ta présence attentive et ton écoute bienveillante ont été d'un réconfort immense pour moi. Sans oublier ton aide si précieuse ! »

- Émilie

« Je tiens à souligner à quel point le service de relevailles est apprécié. Hier, je me suis effondrée en larmes de reconnaissance en compagnie de **Jova** parce que sa présence a tellement fait du bien, non seulement à moi, mais aussi à mon conjoint. Je veux réitérer à quel point vous faites du bien aux familles. J'en avais vraiment besoin. Un gros merci pour tout. »

- Élise

4. Activités communautaires

Gratuites et généralement sans inscription, les activités communautaires sont fort appréciées par nos membres, car elles **permettent de rencontrer d'autres parents, de tisser des liens, d'échanger sur des sujets intéressants et de briser l'isolement lié à la période postnatale.**

Les **causeries du mercredi matin ont continué d'être très populaires**, générant parfois un trop grand achalandage pour l'espace disponible. Nous avons sondé les membres et apporté certaines modifications à la programmation des causeries – dont le transfert de certaines causeries très populaires à la Bibliothèque Multiculturelle ou en atelier tarifié.

Plusieurs nouvelles activités communautaires ont été mises à l'horaire grâce à l'implication bénévole, dont certaines ont été mises à l'essai dans le cadre des causeries avant d'être déployées de façon indépendante.



Faits marquants : Demeurant à l'écoute de nos membres et de leurs propositions, nous avons organisé un Party d'Halloween costumé qui a été très populaire en générant même une liste d'attente!

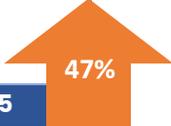
Des cafés-friperies ont été ajoutés puisqu'ils sont dans notre palmarès des activités dont les places partent le plus rapidement à chaque période d'inscription.

« En tant que mère pour la première fois, le 4e trimestre fut incroyablement difficile. Je me suis poussée à participer à une marche au Centre de la Nature et j'y ai fait des rencontres qui ont complètement changé ma vie. Ces 3 femmes incroyables que j'ai rencontrées sont devenues des amies précieuses qui m'ont aidée à mieux vivre ma maternité. Grâce aux occasions de rencontres qu'offre MNL, j'ai pu sortir de ce « baby blues » qui durait plus longtemps que la normale... merci pour votre travail et votre mission! »

« Je suis très reconnaissante pour le temps que j'ai passé dans le cadre ses activités de MNL à préparer l'arrivée de bébé et de pouvoir découvrir et apprendre pendant les causeries et autres activités. Pour moi aussi, ce fut des moments FORT agréables. C'est tellement facile participer aux activités MNL. Il n'y a pas de stress, seulement un accueil chaleureux et plein de choses à apprendre. Merci! »



Activités communautaires		
	Nbre de séances	Nbre de participant-e-s
Bulle d'accueil Un moment privilégié avec une intervenante pour découvrir les locaux de MNL et une belle communauté de nouveaux parents. S'adresse aux participant-e-s des rencontres prénatales virtuelles.	2	4
Cafés-friperies Un moment pour acheter des vêtements de bébé et de maternité à petit prix.	5	67
Causeries parent-bébé POSSIBLE GRÂCE À L'IMPLICATION BÉNÉVOLE Gratuites, sans inscription, les causeries hebdomadaires sont des occasions d'échange, de rencontre et d'apprentissage. Événement jumelé à la halte-allaitement de Nourri-Source Laval .	49	723
Causeries à la biblio POSSIBLE GRÂCE À L'IMPLICATION BÉNÉVOLE Des causeries en collaboration avec Nourri-Source Laval , à la bibliothèque Multiculturelle de Laval, à Chomedey. Événement jumelé à la halte-allaitement de Nourri-Source Laval.	3	13
Causeries virtuelles Des causeries en ligne en soirée pour répondre aux besoins des familles en période prénatale.	5	28
Club de lecture Un club de discussions enrichissantes autour de romans aux thèmes sociaux variés. En collaboration avec les Bibliothèques de Laval .	1	3
Clinique de vérification de sièges d'auto En collaboration avec le Service de police de Laval	1	7
Club de tricot POSSIBLE GRÂCE À L'IMPLICATION BÉNÉVOLE Une rencontre mensuelle en toute simplicité pour jaser et tricoter accompagnées de bébé.	10	54
Cuisinons ensemble Série d'ateliers de nutrition et de cuisine offert au Relais Familial d'Auteuil par Groupe Promo-Santé Laval	16	11
Groupe de marche POSSIBLE GRÂCE À L'IMPLICATION BÉNÉVOLE Une rencontre hebdomadaire au Centre de la nature d'avril à novembre pour prendre une bonne bouffée d'air frais.	28	280
Party d'Halloween Une activité festive pour sortir de la routine et se déguiser avec bébé!	1	31
Pauses fraîcheur Tous les mardis de l'été, c'était portes ouvertes chez MNL. On invitait les familles dans nos locaux climatisés pour passer du bon temps avec d'autres parents.	9	42
Soirée témoignage – Démystifier le suivi avec une sage-femme Un événement virtuel où des parents témoignent de leur expérience d'enfantement accompagné par des sages-femmes. En collaboration avec le Mouvement pour l'autonomie dans l'enfantement .	1	2
TOTAUX EN 2023-2024	115	1255
<i>Comparatif 2022-2023</i>	89	854



47%

5. Ateliers ponctuels de groupe

Faits marquants

- Les **pères participent particulièrement à nos ateliers ponctuels** comme; introduction des aliments, soins au nouveau-né, sommeil de bébé et parents à deux. Le cours de RCR est également très fréquenté par les pères.
- Les statistiques démontrent une **diminution de l'intérêt pour les ateliers virtuels**. En effet, la moyenne était de 28 participants par atelier en 2022-2023, alors qu'elle est de 16 cette année. L'an prochain, nous allons reprendre l'offre des ateliers en présentiel et nous pencher sur la question du format d'activités qui répondra davantage aux besoins des familles

Ateliers en présence	Séance	Nbre de participant-e-s
Cercle de paroles - retour sur l'accouchement NOUVEAU!	4	20
Introduction des aliments solides	3	56
Langage des signes pour bébés	4	54
Parents à deux	3	56
Portage débutant	5	21
Soins au nouveau-né	6	94
TOTAUX EN 2023-24	25	301
<i>Comparatif 2022-2023</i>	26	330

Ateliers virtuels	Séances	Nbre de participant-e-s
4^{ème} trimestre	4	54
Bébé pleure que faire?	4	63
Éviter l'épuisement parental	3	37
Sommeil de bébé	6	111
TOTAUX EN 2023-24	17	265
<i>Comparatif 2022-2023</i>	20	564



6. Sessions d'activités de groupe

Faits marquants

- À l'été, nous avons offert les **cours de mise en forme et de yoga postnatal au parc Bernard-Landry**, ce qui a été très apprécié des participantes.
- **La moyenne de participation a augmenté** dans toutes les sessions d'activités cette année. Nos communications ciblées ont contribué à remplir nos groupes, généralement à pleine capacité.



- Étant réactifs pour limiter autant que possible les listes d'attente, **l'offre de sessions de mise en forme et de ballon forme a rapidement dû être doublée pour satisfaire la demande.**
- La plupart de nos activités de groupe accueille entre 6 et 10 participants, à l'exception des **ateliers RCR et premiers soins qui en accueillent 14, ce qui explique pourquoi la participation est plus élevée dans cette activité.**

Ateliers de groupe	Nbre de Sessions	Nbre de participant·e-s
Ballon forme prénatal (6 x 1h15) NOUVEAU!	3	22
Groupe de mise en forme avec bébé (6 x 1h)	9	84
Le COCON – Groupe d'échange parents-bébés (8 x 2h)	10	55
Massage de bébé (5 x 1h)	6	40
RCR et premiers soins pour les nouveaux parents (2 x 2h)	10	134
Yoga postnatal (6 x 1h15)	11	92
Yoga prénatal (6 x 1h15)	12	119
TOTAUX EN 2023-2024	61	546
<i>Comparatif 2022-2023</i>	54	442

Activité en vedette : Le COCON – Groupe d'échange parents-bébés



« Le cocon est un lieu d'échange et de partage privilégié pour moi, toujours un bonheur de pouvoir m'y trouver. C'est un *safe space*, un endroit bienveillant où on peut autant se vider le cœur que recevoir des conseils précieux – très pertinent en période post-natale, post-accouchement et dans une période de grands changements. Je trouve ça touchant de voir qu'un groupe d'inconnues peut rapidement se lier d'amitié et s'entraider, se supporter, rire et pleurer ensemble – créer son village. »

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

Ce groupe d'échange a pour objectif de **réduire les impacts de la vulnérabilité associée à la période périnatale et en prévention de la dépression postpartum** qui touche jusqu'à 20% des mères au Canada.

Chaque cocon est différent avec son lot d'émotions et de rires. **Des amitiés durables et bienveillantes se tissent**, des dévoilements sont faits aussi, et surtout, **les participantes en ressortent plus épanouies et plus confiantes**.

Faits marquants

- Grâce à un financement supplémentaire pour accroître le soutien postnatal, nous **avons pu former 3 groupes supplémentaires de cocons cette année**, permettant de desservir les personnes qui étaient en attente.
- Nous sommes fières de notre premier cocon offert à l'extérieur de nos locaux, dans Chomedey, en partenariat avec le **Centre communautaire Val-Martin**. La formule se veut flexible aux besoins des participants, et respectant les couleurs des deux organismes qui l'animent. Nous espérons pouvoir poursuivre ce projet et développer d'autres partenariats pour rehausser l'offre de proximité des cocons dans les années à venir.



Équipe de coordination et d'animation des Cocons

7. Écoute et référence

Ce service gratuit inclut des moments d'écoute avant ou après une activité, des suivis téléphoniques et des discussions dans notre milieu de vie. **Plus de 45 heures d'écoute ont été offertes par l'équipe d'intervenantes à 80 personnes.**

Les émotions, l'anxiété et la fébrilité, autant que les moments de joie et les envies de partage surviennent à tout moment, et toute l'équipe est là pour les accueillir.

NOUVEAUTÉ MNL participe avec plusieurs organismes à la **Route de la paternité**, qui vise le soutien précoce aux futurs pères dès l'annonce de la grossesse. Cette initiative, portée par la **Maison de quartier Vimont**, vise aussi à développer « le réflexe pères » chez les organismes et structures qui les accueillent. Les coordonnées des personnes nécessitant de l'accompagnement en périnatalité nous sont donc transmises.

Avec des ressources supplémentaires, MNL serait en mesure de faire un appel systématique aux nouveaux parents qui ont suivi nos rencontres prénatales quelque temps après la naissance de leur bébé. Prendre des nouvelles permettrait de dépister les situations où du soutien ou d'autres ressources spécialisées seraient de mise. Pour le moment, nous les invitons plutôt par courriel à communiquer avec nous pour tout besoin.

8. Services privés tarifés

Le Thalasso Bain bébé est offert depuis 2015 par une contractuelle. Nous acceptons les demandes de services privés si nos ressources internes le permettent. Ces services nourrissent le volet d'économie sociale et contribuent à la réalisation de la mission de MNL.

Thalasso Bain bébé[®]			
Un soin de transition entre la vie intra-utérine et le monde extérieur qui permet au nouveau-né de revivre des sensations vécues dans le ventre de sa mère.	Nbre séances	Nbre de mères	Nbre de pères
TOTAUX EN 2023-2024	26	26	24
<i>Comparatif 2022-2023</i>	<i>27</i>	<i>27</i>	<i>25</i>
Rencontres prénatales privées			
Dans nos locaux, pour une préparation sur mesure selon les thèmes choisis, incluant les rencontres privées gratuites offertes lors de grossesses gémellaires.	Nbre séances	Nbre de mères	Nbre de pères
TOTAUX EN 2023-2024	8	6	6
<i>Comparatif 2022-2023</i>	<i>7</i>	<i>4</i>	<i>4</i>
Consultations postnatales privées			
	Nbre séances	Nbre de mères	Nbre de pères
TOTAUX EN 2023-2024	1	1	
<i>Comparatif 2022-2023</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	

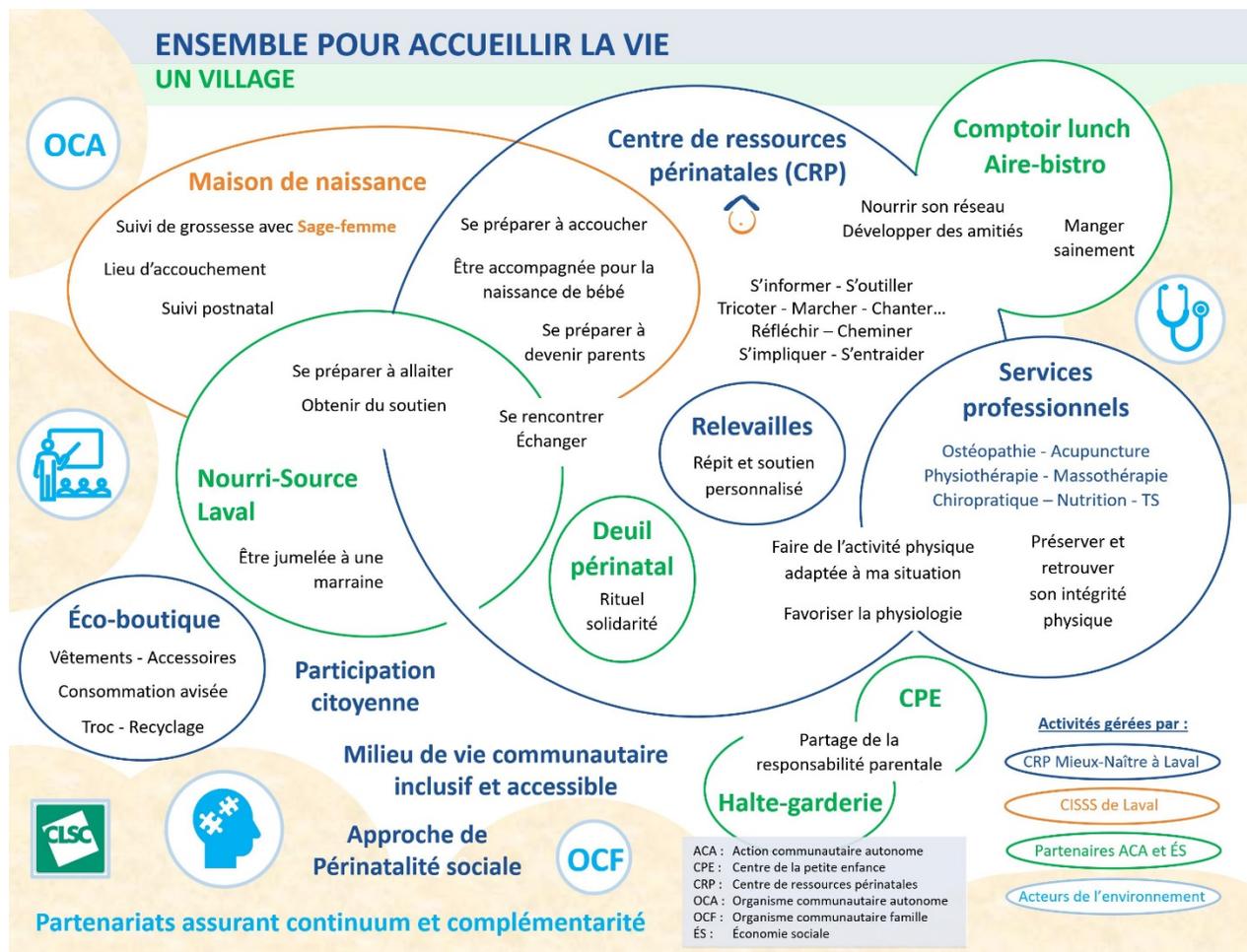
MNL DANS LA COMMUNAUTÉ

Projet Ensemble pour accueillir la vie – ENVIE – Mobiliser, développer

Le [projet Ensemble pour accueillir la vie \(ENVIE\)](#) consiste à rassembler sous un même toit et à faire connaître les diverses ressources qui répondent aux besoins des futurs et nouveaux parents, incluant une maison de naissance.



Prenant racines dans une mobilisation citoyenne amorcée il y a plus de 15 ans, le projet, que porte fièrement MNL, rassemble une [quinzaine de partenaires](#) autour d'une cellule de travail liée à la Politique régionale de développement social (PRDS). Les partenaires visent un projet inclusif et universellement accessible qui viendra bonifier l'offre de services déjà en place.



En avril 2023, la cellule déposait une première demande de financement à la PRDS. L'instance a alors répondu que le projet avait du potentiel, mais des clarifications étaient nécessaires. Un nouveau dépôt a été réalisé en octobre de la même année, mais il a fallu attendre jusqu'à mars 2024 pour finalement obtenir une réponse qui s'est avérée insatisfaisante. En effet, le projet était accepté, sauf pour le volet maison de naissance, considéré par les membres de la cellule de travail, comme la pierre angulaire du projet. Des discussions ont suivi avec le CISSS de Laval et finalement, tant la Direction du Programme jeunesse, répondante pour le volet maison de naissance, que la Direction de la Santé publique, responsable de la PRDS, ont donné leur accord pour la poursuite du projet dans son intégralité, incluant la maison de naissance. MNL agit également comme fiduciaire du projet.



Soirée réseautage ENVIE – 13 décembre 2023

Perspectives 2024-25 pour ENVIE

Le financement obtenu permettra l'embauche de deux ressources humaines. Une personne chargée de projet dont le mandat consistera à documenter les étapes requises et les conditions favorables au démarrage des différents volets du projet; les modalités d'implantation doivent aussi être analysées afin d'assurer l'inclusion, l'accessibilité et de la complémentarité avec l'offre existante.

La seconde ressource sera responsable de la mobilisation et de la participation citoyenne. Son mandat vise directement l'actualisation de certaines valeurs de la PRDS : le pouvoir d'agir, l'accessibilité universelle, l'inclusion et l'intégration. Ces valeurs se vivront par une mobilisation et participation citoyenne dynamique, transversale et continue pour la réalisation de tous les volets du projet ENVIE.

Collectif Autour d'une tasse (CAT)

Le Collectif autour d'une tasse est un Organisme à but non lucratif (OBNL) fondé en février 2023 par MNL et 4 autres partenaires de l'économie sociale et communautaire. L'objectif du CAT est de créer un village à échelle humaine au sein du magnifique bâtiment des Sœurs Missionnaires de l'Immaculée Conception dans le quartier Pont-Viau. **Ce site est une terre d'accueil de choix pour le projet ENVIE : un village dans un village!** Autour d'ENVIE, les familles auront accès à des logements abordables, à une épicerie solidaire, à une offre culturelle accessible et bien d'autres activités et services qui restent à définir. En mars dernier, le CAT embauchait Nathalie Lapointe, Chargée de projet au développement immobilier. Son expertise est un atout précieux pour la réalisation de ce projet ambitieux qui bénéficie de l'appui financier et politique de la Ville de Laval.



Photo: Valérian Mazataud Le Devoir La statue blanche de la Sainte Vierge, qui est située face à la rivière des Prairies.

MNL, un acteur de partenariat dynamique

MNL place très haut dans ses priorités son rôle de transformation sociale en visant l'amélioration continue de l'expérience des familles lors de la période périnatale. C'est un objectif de premier plan des activités de concertation.

Notre priorité

Améliorer l'expérience de la période périnatale pour toutes les familles du Québec

Concertation nationale en périnatalité

Notre responsabilité collective

Constituer une société bienveillante et agir très tôt

 cofaq.qc.ca/concertation-nationale-en-perinatalite

Cette année, le noyau de **7 partenaires de la concertation nationale** à laquelle participe MNL a partagé ses réflexions lors de la consultation du MSSS sur le Plan d'action en périnatalité et petite enfance de même que sur le projet de Loi 15. En fin d'année la concertation lançait un sondage auprès des parties prenantes de la périnatalité afin de dégager des préoccupations communes. La rédaction d'un bulletin collectif est la prochaine action qui sera réalisée afin de renforcer la voix de la périnatalité au Québec.

Toujours au plan national, MNL participe au comité de coordination de la **Coalition pour la pratique sage-femme**. L'année a été très chargée avec des mobilisations à travers le Québec pour tenter de limiter les atteintes du projet de Loi 15 au modèle de pratique des sages-femmes unique au Québec. La plateforme de la Coalition est actuellement en révision pour la rendre plus inclusive et pour mobiliser davantage de membres.

MNL maintient ses liens avec les concertations locales **VizAxiom** et **Jeun'Est en forme**. La collaboration avec **Nourri-Source Laval** est toujours très vivante et régulière avec les halte-allaitement hebdomadaires jumelées aux causeries de MNL et la présence de la consultante en lactation tous les mercredis dans nos locaux.

Il faut également souligner le démarrage cette année de la **concertation régionale en périnatalité**. Cet espace d'échange permettra aux partenaires de mieux se connaître et collaborer davantage. En partageant nos différentes perspectives de l'expérience des familles et en réfléchissant ensemble nous pourrons améliorer leur parcours et mieux répondre à leurs besoins.



Concertations



Collectif autour d'une tasse



1000 premiers jours - Comité en périnatalité



La participation aux diverses rencontres de membres de nos **réseaux d'appartenance** sont des moments forts et très enrichissant qui augmentent nos connaissances, renforcent nos liens et nos collaborations tant dans le champ de la périnatalité que dans d'autres secteurs essentiels à l'évolution de nos approches et de nos pratiques. Grâce à ces réseaux, nous demeurons sensibilisées aux réalités multiples et à la diversité des familles, nous valorisons l'action communautaire autonome au quotidien et approfondissons nos valeurs féministes.

Réseaux d'appartenance



Communications

Site web



J'attends bébé | Bébé est arrivé | Appuyer la mission | À propos de MNL | Actualités



Programmation d'été

Découvrez la programmation d'été!
Les inscriptions pour la session d'été sont maintenant lancées! Jetez un coup d'oeil à notre programmation et Inscrivez-vous!

Cercle de parole - Retour sur l'accouchement
Déposer votre histoire d'accouchement dans un espace sécuritaire, sans interruption, sans jugement.

Avis de convocation pour l'assemblée générale annuelle 2024
Il nous fait plaisir de vous annoncer la tenue de notre 14e Assemblée générale annuelle en formule hybride le mercredi 19 juin prochain à 9h45. Ne manquez pas ce rendez-vous annuel important dans la vie démocratique de VOTRE Centre de ressources périnatales!

Mieux-Naitre à Laval, votre centre de ressources périnatales

Vous attendez un enfant? Bébé vient d'arriver?

Mieux-Naitre à Laval est un centre de ressources périnatales (CRP) qui vous offre une multitude d'activités et de services pour vous accompagner dans cette grande aventure!

Découvrez un milieu de vie ouvert et chaleureux, un espace de rencontre où naissent de nouvelles amitiés.

Un bébé dans ma vie, un CRP aussi!

 [DEVENIR MEMBRE](#)



Après plusieurs mois de développement soutenu, le nouveau site web transactionnel de MNL a enfin pu voir le jour en juin 2023. Ce site web entièrement intégré avec la base de données utilisée à l'interne représente une avancée significative pour notre organisme, apportant des bénéfices tangibles tant pour les familles que pour l'équipe :

- **Amélioration de l'expérience utilisateur** : L'interface conviviale et intuitive rend la navigation sur le site plus agréable et plus simple, tant sur ordinateur que sur téléphone mobile.
- **Fluidité du processus d'inscription** : Les participant-e-s peuvent consulter en tout temps les informations sur nos activités, s'inscrire au moment qui leur convient et faire leur paiement en ligne, le tout en quelques minutes. Ils et elles peuvent aussi s'inscrire sur une liste d'attente si l'activité est complète.
- **Mises à jour en temps réel** : Le site web permet de mettre à jour instantanément toutes les informations concernant les activités ou les autres nouvelles de l'organisme.
- **Gain de temps et d'efficacité** : La gestion automatisée des inscriptions et des adhésions réduit considérablement la charge de travail administrative pour l'équipe...*c'est fini le copié-collé!*
- **Visibilité accrue** : Un site web au goût du jour et bien conçu améliore l'image de l'organisme et renforce sa visibilité, facilitant la promotion des activités et des projets.
- **Suivi et analyse des données** : Les outils d'analyse et de rapport permettent de suivre les inscriptions en temps réel, fournissant des informations précieuses pour la prise de décision et la promotion des activités.

Le développement du site web n'est pas terminé et se poursuivra au cours des prochaines années pour y ajouter un Intranet et en améliorer les fonctionnalités.

Réseaux sociaux

La page Facebook a continué d'être l'un des canaux de communication les plus utilisés au cours de l'année. Nourrir la page Facebook de contenus engageants représente un défi constant étant donné le temps limité qui peut y être consacré. Les statistiques suivantes ont été observées :

- 348 nouveaux followers nets (419 nouveaux suivis, 71 annulations de suivis)
- Hausse de 113% des visites de la page Facebook
- Baisse de 25.7% de la couverture Facebook (nombre de vues des publications)
 - Une baisse de la portée organique des publications a été notée en cours d'année, s'expliquant notamment par un algorithme qui privilégie les contenus qui génèrent des interactions significatives entre les utilisateurs, comme les publications de famille et d'amis, plutôt que celles des pages professionnelles.

Comme pour les années passées, nous avons encore beaucoup de travail à faire pour rejoindre les futurs et nouveaux pères. En effet, notre audience est composée à 94,4% de femmes.



L'envoi d'infolettres continue d'être une stratégie gagnante pour rejoindre directement les familles sans l'intermédiaire de Facebook. On constate un excellent taux d'ouverture des infolettres – entre 50% et 70% – et des appels à l'action qui portent fruits.

NOUVEAUTÉ – Lancement de la programmation à dates et heure fixes

Après une période de rodage du site web, nous avons débuté en août 2023 à procéder à des lancements programmés pour les inscriptions aux activités. Une infolettre est envoyée quelques jours avant pour informer les familles du lancement à venir, créant un buzz lors du début des inscriptions.

Matériel imprimé

- **Carton promotionnel :**
En mars 2024, nous avons réalisé un magnifique carton promotionnel, imprimé en 10 000 exemplaires dont nous avons amorcé la distribution au printemps 2024.

Mieux-Naitre à Laval
Ensemble pour accueillir la vie

Vous attendez bébé?

Préparez-vous à cette **grande aventure!**

- Rencontres prénatales
- Accompagnement à la naissance
- Yoga prénatal
- Ballon forme prénatal
- Ateliers d'information
 - Soins au nouveau-né
 - Sommeil de bébé
 - Se préparer aux premiers mois avec bébé

Et bien plus!

Pour nourrir votre confiance

Communiquiez avec nous!

438-830-4323 • info@mieuxnaitre.org • mieuxnaitre.org

Mieux-Naitre à Laval
Ensemble pour accueillir la vie

Bébé est arrivé?

Découvrez un milieu **chaleureux**, un espace **d'entraide & d'échanges**

- Groupes de discussion et causeries
- Relevailles (soutien à domicile)
- Massage pour bébé
- Activités physiques avec bébé
- Ateliers d'information
 - Sommeil de bébé
 - Portage
 - Coparentalité
 - Langage des signes

Et bien plus!

Pour de doux moments avec bébé

Communiquiez avec nous!

438-830-4323 • info@mieuxnaitre.org • mieuxnaitre.org

- **MNL Hebdo :** Affiché sur le babillard à l'entrée de l'organisme, cet outil interne est utilisé par les animatrices pour annoncer les activités à venir pour lesquelles il reste encore des places. Le MNL Hebdo est également envoyé à toute l'équipe par courriel le lundi.

FINANCEMENT

MNL compte essentiellement 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 a augmenté, mais demeure insuffisant pour répondre adéquatement aux besoins des familles lavalloises.



Le recours à l'économie sociale demeure un levier financier pertinent puisque les activités à tarifs modulés selon le revenu familial permettent un apport supplémentaire intéressant qui connaît une hausse croissante depuis la fin de la pandémie.

Partenaires financiers

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Laval



Emploi
Québec

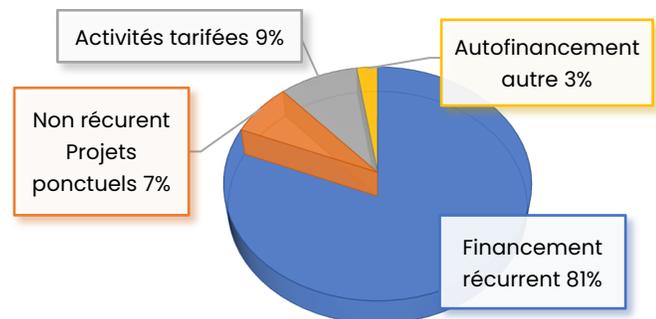


laval
économique



Sources de revenus en 2023-24 :

• PSOC Mission globale CISSSL	121 644 \$
• Entente Relevailles CISSSL	69 029 \$
• Financement à titre de CRP par le MSSS :	
○ Phase 1 activités en périnatalité	266 767 \$
○ Phase 2 rencontres prénatales	77 776 \$
○ Soutien postnatal (60k/an)	36 593 \$



• Activités tarifées, vente de services :	
○ Activités physiques prénatales	15 887 \$
○ Activités physiques postnatales	17 246 \$
○ Ateliers de base (Soins au NN, Portage, Massage bb)	7 043 \$
○ Ateliers alternatifs (Intro solides, Langage signes)	3 780 \$
○ RCR premiers soins	10 526 \$
○ Bain thalasso bébé et services privés	5 374 \$
○ Divers (boutique et location de salles)	4 260 \$
○ <i>Sous-total activités tarifées</i>	<i>64 116 \$</i>

• Adhésions et dons	4 477 \$
• Activité de financement (séances photos)	2 218 \$
• Revenus d'intérêts	10 288 \$

• Subvention non récurrente de la DSP (utilisée pour accompagnement)	9 382 \$
• Emploi Québec pour la planification stratégique	21 547 \$
• Compte d'urgence pour les entreprises canadiennes (CUEC)	20 000 \$

Total des revenus 2023-24

703 838 \$

PERSPECTIVES 2024-2025

La démarche de planification stratégique oriente nos priorités d'actions sur 5 ans, avec une feuille de route sur 1 an que nous avons décidé de mettre en chantier sur une plus grande période, soit de novembre 2023 à mars 2025. Ainsi, plusieurs actions structurantes seront à mettre en place au cours de la prochaine année pour bonifier les services offerts par MNL, jouer davantage notre rôle d'agent de transformation sociale, et améliorer nos pratiques de gestion et coordination pour gagner en productivité.

Parmi toutes les initiatives ciblées pour l'an 1 (voir pages 10 et 11), voici les actions-clés qui occuperont particulièrement l'équipe de MNL au cours de la prochaine année :

- À partir du point de vue des membres et en lien avec la mission, établir **des lignes directrices** pour guider le développement des activités et services offerts chez MNL, incluant l'écoboutique, ainsi que leur format, modalités et contenu. (Axe 1)
- Renforcer l'action des bénévoles-membres dans l'organisation en créant des **espaces d'échanges**, dynamiser leur implication, favoriser leur rétention et augmenter leur impact décisionnel au sein de l'organisme. Un programme d'accueil et d'intégration, de même qu'une activité de reconnaissance des bénévoles font partie du plan (Axe 1)
- Participer activement à l'animation de la **cellule de travail du projet ENVIE** et de son noyau, exercer le rôle de fiduciaire, embaucher et intégrer les deux employées prévues, soutenir la documentation des étapes de réalisation du projet et la création de la structure de mobilisation et de participation citoyenne (Axe 1)
- Développer un plan de **relations gouvernementales et relations publiques** afin de structurer la poursuite des représentations visant la réalisation du projet ENVIE et l'atteinte des objectifs du Collectif Autour d'une tasse (Axe 2)
- Poursuivre **l'intégration de la direction adjointe**, ressource-clé à l'administration, réviser les descriptions de tâches de l'ensemble des employées, faire une réflexion individuelle et d'équipe pour identifier des besoins et réviser l'exercice d'appréciation de la contribution des employées (Axe 3)
- Poursuivre les démarches visant la conformité aux obligations légales (Loi 25, régime intérimaire de la CNESST), identifier les **opportunités d'amélioration** dans la gestion administrative, la gestion des opérations et des processus internes (incluant la progression vers le site Internet davantage administrable et le développement d'un Intranet), l'adoption de différentes politiques et la mise en œuvre des pistes d'amélioration. (Axe 3)



Mieux-Naitre à Laval

3534, boul. de la Concorde Est
Laval (Québec) H7E 2C5

438.830.4323

info@mieuxnaitre.org

www.mieuxnaitre.org

[Facebook](#)



Équipe administrative de MNL