



Carrefour

Péri-naissance & Familial

Rapport d'activités 2022-2023

La ressource qui
grandit avec
votre famille!

509, chemin de la Grande-Côte,
Saint-Eustache, Québec, J7P 1K5
450 472-2555
carrefourperinaissance.org

Table des matières



- 01 Mot de la présidente et de la direction
- 02 Présentation de l'organisme
- 03 Objectifs stratégiques 2022-2023
- 04 Le Conseil d'administration
- 05 Les comités de travail du conseil d'administration
- 06 L'équipe
- 07 Les stagiaires et les bénévoles
- 08 Reconnaissance
- 09 Témoignages des employés et des stagiaires
- 10 Formation
- 11 Membership et avantages membres
- 12 Rétrospective budgétaire et partenaires financiers
- 13 Accessibilité
- 14 Visibilité de l'organisme
- 15-16 Campagne de financement et dons
- 17 Témoignages des membres
- 18 Services en bref
- 19-20 Bilan des services

Table des matières



21-22 Bilan des services

23-24 Ateliers et activités

25 Ateliers pré et post-natals

26-27 Ateliers familles

28 Activités spéciales

29 Comités et concertation

30 Projets financés

31 Projets financés- Favoriser l'engagement paternel et la coparentalité

32 Projets financés- Santé bien être des hommes

33 Projets financés- Santé bien être des femmes

34 Plan d'action 2023-2024

35 Fin du rapport d'activités



Mot de la présidente et directrice générale

Au nom de toute l'équipe et du conseil d'administration, c'est avec honneur que nous vous présentons le rapport annuel pour la période d'avril 2022 à mars 2023.

Représenter l'organisation est pour nous une responsabilité d'importance et nous sommes privilégiées de pouvoir porter la voix des membres afin de poursuivre notre mission d'accompagner et de soutenir les parents, de la grossesse à la préadolescence.

Nous sommes très fières des activités réalisées cette année auprès des membres et des familles. Malgré les défis post-pandémie, notre équipe a su relever les défis avec brio. Une programmation très complète et diversifiée a été proposée aux membres afin de favoriser le plein potentiel du développement de nos enfants et familles membres. Par exemple, de nouvelles initiatives destinées à la santé mentale et à la parentalité masculine ont été mises en place. De plus, les rénovations des espaces sont presque terminées et nous pouvons être heureux de nos installations.

Nous tenons à souligner tous les efforts des membres du conseil d'administration qui ont dédié beaucoup de temps cette année à la mise à jour de nos différentes politiques organisationnelles et qui ont de grands projets pour le CPNF incluant un nouveau plan stratégique. Merci à vous!

Finalement, nous tenons à remercier les membres, les familles, les partenaires et notre fabuleuse équipe qui contribuent tous au succès de notre belle organisation!

-Véronnik Marcil, présidente du conseil d'administration et
Valérie Binette Provost, directrice générale



Véronnik Marcil
présidente du conseil
d'administration



Valérie Binette Provost
Directrice générale

Présentation de l'organisme CPNF

Centre de ressources périnatales et maison de la famille, l'organisme offre un milieu de vie aux familles de la région. L'objectif est de soutenir les parents dans les différentes étapes de leur vie familiale et d'offrir des services diversifiés adaptés à leurs besoins. Notre mission est d'accompagner et de soutenir les parents, de la grossesse à la pré-adolescence, dans la parentalité, tout en favorisant le plein potentiel du développement de l'enfant. Notre vision est d'être et demeurer un centre d'expertise en périnatalité et en développement de l'enfant afin d'être une référence familiale dans notre communauté. Nos services sont diversifiés et adaptés au besoin de la clientèle. Notre approche et nos pratiques sont fondées sur des valeurs familiales, de bienveillance et d'entraide.

Notre **Mission**

Accompagner et soutenir les parents, de la grossesse à la pré-adolescence, dans la parentalité tout en favorisant le plein potentiel du développement de l'enfant.

Notre **Vision**

Maintenir une expertise en périnatalité et en développement de l'enfant dans le but d'être une référence familiale dans notre communauté, par des approches et des services diversifiés et adaptés au besoin de la clientèle.

Nos **Valeurs**

Famille

Bienveillance

Entraide

Nos adhésions



Fédération
québécoise des
organismes
communautaires
Famille



02



Objectifs stratégiques 2022-2023

La pandémie a affecté surtout la disponibilité de nos ressources humaines et nous avons dû reprioriser nos objectifs afin de favoriser le maintien des services essentiels aux membres. Somme toute, nous pouvons affirmer que nous avons réussi à réaliser, en très grande partie, la planification stratégique triennale.

Il est à noter que certains objectifs demandent un travail constant pour en maintenir les résultats.

01

Identité

Suite à la création de la nouvelle identité, des outils de communication ont été produits et ont été distribués à grande échelle auprès de nos membres et partenaires.

Les enseignes extérieures ont aussi été refaites. Un plan de communication a été développé pour accroître notre rayonnement ainsi qu'un plan éditorial.

02

Gouvernance

Un dossier d'accueil a été réalisé pour faciliter l'intégration des nouveaux administrateurs. Également, des outils de gouvernance ont été créés pour faciliter les suivis et l'efficacité des rencontres. Sept politiques ont été mises à jour en plus de la création de deux nouvelles. Une formation en gouvernance en ligne est maintenant disponible et obligatoire pour nos administrateurs.

03

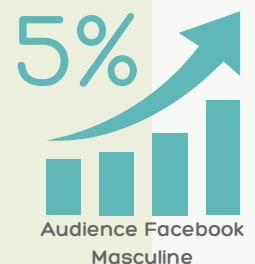
Pérénnité

Nous avons réussi à augmenter la visibilité et la crédibilité de l'organisme en s'impliquant dans notre milieu, en participant à des projets collectifs, en augmentant nos communications médiatiques, en assurant une présence en ligne croissante, en étant suivi virtuellement par des professionnels du milieu, en revisitant la tarification et en fournissant aux employés des formations continues.

04

Innovation

Notre volet paternité a été développé et nous constatons présentement une hausse de participations des hommes à nos activités. La qualité éducative de la halte-garderie a été augmentée grâce à la qualification du personnel et à la formation continue. Les ateliers et la programmation sont revus et améliorés à chaque saison.



Le conseil d'administration

Vie associative et
démocratique

Des améliorations ont été apportées au niveau du fonctionnement et des outils de gouvernance facilitant ainsi le mandat du conseil d'administration. Ces nouveautés ont permis d'augmenter l'efficacité des rencontres et de diminuer le temps des réunions. Cette année, des comités de travail ont été mis en place afin de gagner en efficacité. De nombreuses politiques ont été créées et mises à jour tel que le code d'éthique des employés et des administrateurs. La liste et le mandat des comités se trouvent dans le tableau de la page suivante.



Geneviève Fontaine-Ouellet, **présidente** | Démission mars 2023
Veronnik Marcil, **vice-présidente et présidente (mars 2023 à ce jour)**
Vickie Brulé Beaudoin, **secrétaire**
Stéphanie Leroux, **trésorière**
Mélissa Squarey, **administratrice**

Nombre de rencontres du CA
pour l'année 2022-2023

8

Les réalisations du conseil d'administration

Vie associative et
démocratique

Les comités de travail ont été créés en cours d'année et la réalisation des mandats varie en fonction de la disponibilité des administrateurs ainsi que des aléas de la vie courante de l'organisme et des priorités émergentes.

Comité	Mandat	Réalisation
Planification stratégique	<ul style="list-style-type: none"> Assurer le suivi de la PS en cours Organiser la nouvelle PS Participation à la réflexion et à la rédaction de la nouvelle PS Embauche de consultants 	À venir en 2023 pour le nouveau plan stratégique 2023-2026
Ressources humaines	Responsable de l'application de la politique de conciliation famille-travail, ainsi que du suivi des dossiers CNESST	Mise à jour et bonification des salaires de l'équipe
Politiques et gouvernance	Révision et création des documents liés à la gouvernance et toutes autres politiques internes	<ul style="list-style-type: none"> Révision du format de l'ordre du jour pour les réunions du conseil d'administration Politiques mises à jour (8) : manuel de l'employé, conciliation famille-travail, code d'éthique employé, code d'éthique des administrateurs, politique de remboursement, politique de harcèlement, politique d'utilisation des réseaux sociaux
Évènements et financement	Assister l'équipe pour l'organisation des événements et aider à trouver des sources de campagne de financement.	Responsable de la planification du 25e anniversaire du CPNF (novembre 2023)

L'équipe

Famille*Bienveillance*Entraide

 **CONCILIVI**
Expertise famille-travail



- Valérie Binette Provost - Direction générale
- Véronique Côté - Coordonnatrice des services et intervenante
- Vickie Ouellette - Agente de communication et du développement
- Jessica Meunier - Adjointe administrative
- Jennifer Polo - Animatrice/Intervenante
- Jessica Aubertin - Animatrice/Intervenante
- Maude Beaudry - Animatrice/Intervenante
- Marie-Anne Donnon - Animatrice/Intervenante en sexologie
- Samira Gabari - Éducatrice halte-garderie
- Valérie Mérette - Intervenante halte-garderie
- Marie-Claude Campeau - Éducatrice halte-garderie
- Chantal Thauvette - Intervenante périnatale (départ février 2023)
- Dominique Garofalo - Intervenante périnatale
- Charlyne Grégoire - Intervenante périnatale
- Christina Albert - Intervenante périnatale

Merçi



Les stagiaires et les bénévoles

Programme	École	Stagiaire	Heures de stage
BAC sexologie	UQUAM	Jessica Tremblay	420
DEC éducation spécialisée	Collège Montmorency	Laura Charland	420
DEC éducation à la petite enfance	Cégep de St-Jérôme	Sabrina Chrystel	30
BAC psychoéducation	UQTR	Justine Lemieux	80
BAC sciences infirmières	UQUO	Seska Mathieu Karine Boyer Aicha Rekik Émilie-Maude Latendresse	135
DEC éducation à la petite enfance	Collège Montmorency	Sabrina B-Bertrand Geneviève Boyer-Gervais	15

47 bénévoles pour un total de 315 heures de bénévolat



Merci

1 100 heures de stages

Reconnaissance

Déjà 5 années que notre pétillante et charmante Jennifer est à l'emploi du Carrefour Péri-nnaissance et Familial. Vous avez sûrement déjà eu la chance de la croiser dans l'une de vos activités et vous aurez pu constater sa belle énergie et sa passion pour les familles. Elle sait toujours mettre en valeur le plein potentiel des autres et a une belle sensibilité.

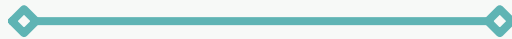
Merci Jennifer, on espère t'avoir avec nous encore plusieurs autres belles années !



Témoignages des employés et des stagiaires

Impact social

En tant qu'employée au CPNF, je me sens écoutée par mon équipe et je sens que mes projets sont soutenus par ma directrice et ma coordonnatrice. Chaque employée a la possibilité de grandir professionnellement selon ses propres forces et capacités et non selon des standards préétablis ce qui rend l'équipe unique et diversifiée en savoirs de toutes sortes! Travailler au CPNF, c'est côtoyer une équipe humaine, ouverte d'esprit, empathique et authentique. Finalement, je tiens à souligner les efforts qui sont mis en place pour accommoder les employées dans la conciliation de leur vie professionnelle et familiale. - M-A Donnon



En tant qu'intervenante périnatale au CPNF, je sens de la confiance venant de la coordonnatrice et de la directrice envers les employées! L'ouverture d'esprit et la disponibilité de l'équipe est aussi très appréciée. Des formations ainsi que des outils nous sont régulièrement offerts afin d'améliorer la qualité de nos services rendus! Belle équipe et belle philosophie d'intervention! - C. Grégoire



Une expérience enrichissante avec une clientèle des plus attachantes ! J'ai eu le grand bonheur d'être soutenu dans mes apprentissages par une équipe dévouée. Le CPNF a su m'accueillir avec chaleur et a fait montre d'une magnifique ouverture au rayonnement de la sexologie ! - J. Tremblay



Le Carrefour péri-naissance et familial mérite définitivement d'être connu davantage. Leurs activités et leurs ateliers sont diversifiés et répondent bien aux différents besoins de la clientèle. Les intervenantes sont très appréciées de tout le monde grâce à leur accueil chaleureux, leur écoute et leur sensibilité. - L. Charland

Formation

La formation continue fait partie des avantages des employés de notre organisme. Nous croyons au développement des compétences et à l'enrichissement de nos pratiques grâce à l'acquisition de nouvelles connaissances. L'arrivée d'une grande variété de formations en ligne nous aura permis d'en faire bénéficier nos employés et, par le fait même, nos familles.

25

Formations

225

Heures de
perfectionnement

17

Enjeux couverts

Thématiques couvertes

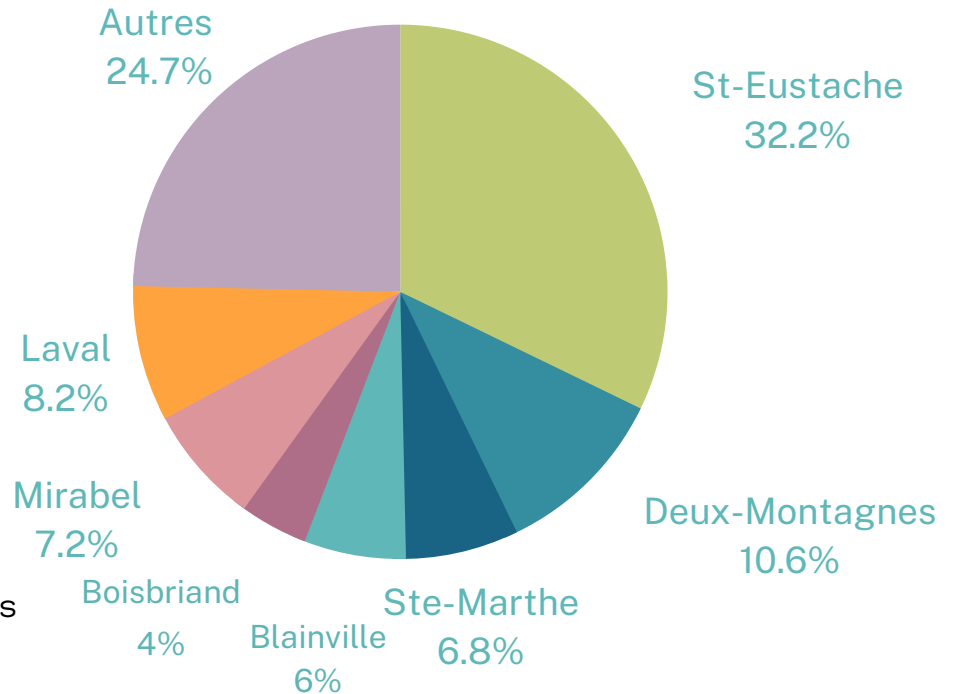
- Gouvernance
- Philantropie
- Communication
- Marketing
- Nutrition
- Allaitement
- Organisation familiale
- Éveil à la lecture et à l'écriture
- Gestion des émotions
- Sommeil de l'enfant
- Stress & Anxiété
- Deuil périnatal
- Violence conjugale
- Coparentalité
- Burnout parental
- Paternité

L'actualisation professionnelle et le développement des compétences sont des valeurs de gestion fondamentales, afin de garantir à nos membres la plus grande expertise quant aux enjeux qu'ils vivent.

Membership et avantages membres

Portrait socio-démographiques des membres

292
familles membres
2022-2023



Moyenne d'âge des parents : 35 ans



Revenu familial moyen des familles : supérieur à 40 000\$

Avantages membres

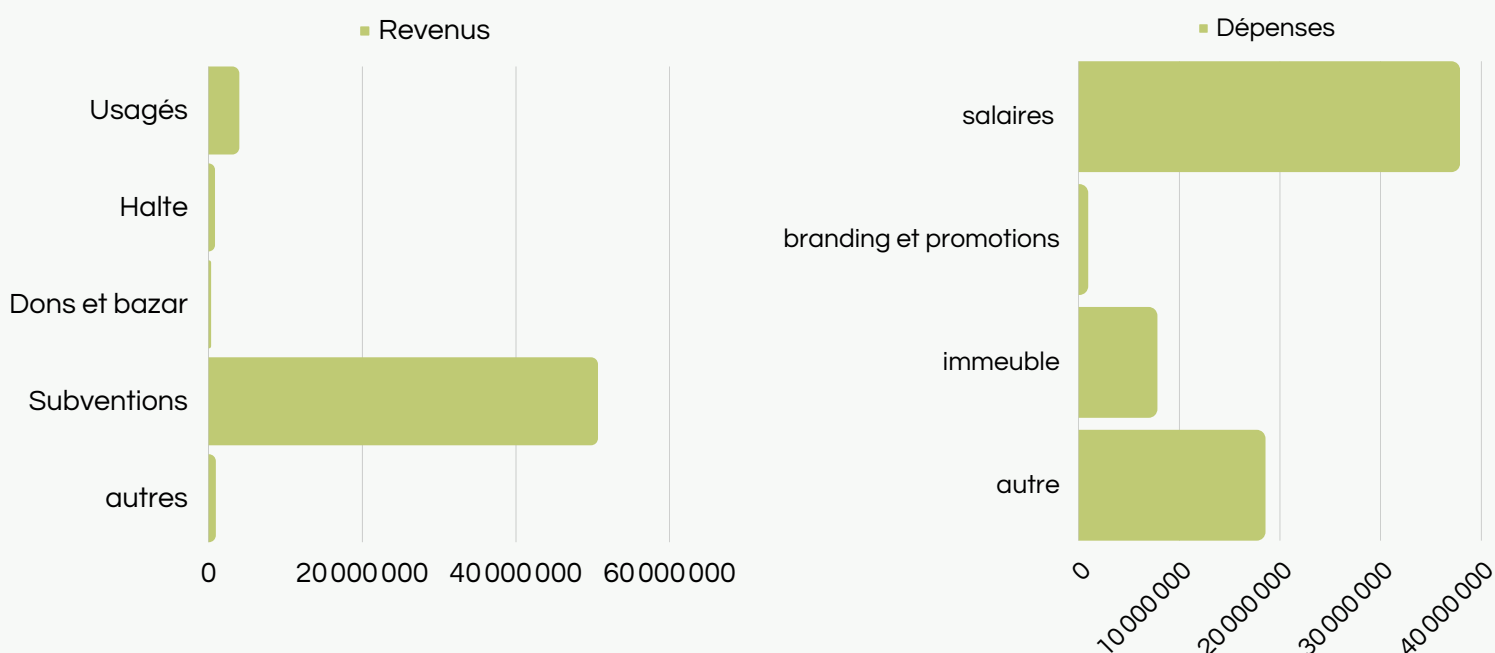
Encore cette année, l'organisme a établi des partenariats avec différentes compagnies afin d'en faire bénéficier les membres. Des rabais et des promotions étaient offerts sur différents ateliers, articles et services. La liste des avantages en vigueur est disponible sur notre site Internet : <https://carrefourperinaince.org/avantages-membres/>



Rétrospective budgétaire et partenaires financiers

Revenus réels et dépenses

Pour plus de précisions sur les revenus, veuillez consulter les états financiers.



Partenaires financiers



La contribution des partenaires est essentielle à la réussite des activités de l'organisme et à sa mission. Merci !!!!

Accessibilité

Centre de ressources périnatales

Dessert la grande région des Basses-Laurentides; la grande majorité de la clientèle provient de la MRC de Deux-Montagnes et des environs.

Maison de la famille

Dessert principalement les familles de la MRC de Deux-Montagnes, toutefois les familles des Basses-Laurentides peuvent être membres de l'organisme et bénéficier des services.

Nos heures d'ouvertures administratives sont du lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h. Nos activités se déroulent principalement du lundi au vendredi de 9 h à 16 h, mais certaines activités pour les parents ou la famille se déroulent régulièrement en soirée ou la fin de semaine en fonction des programmations saisonnières, et ce, dans le but de mieux rejoindre les familles actives sur le marché du travail.

**50 semaines
d'ouverture**



Visibilité de l'organisme



3389 abonnés
Facebook
 94,10 % de femmes
 5,90 % d'hommes



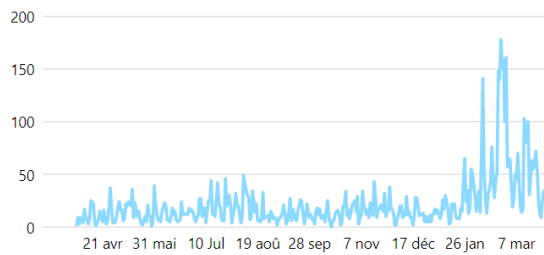
Augmentation de 15
 % du nombre de
 j'aime sur la page
 Facebook

Visites de la Page et du profil

Exporter

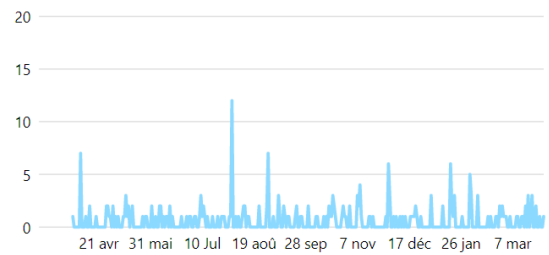
Visites sur la Page Facebook

7 973 ↑ 92,6



Visites de profil Instagram

236 ↓ 4,8

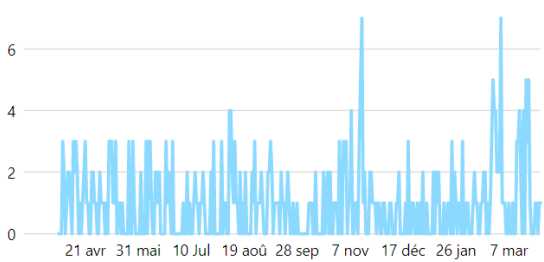


Nouveaux followers et J'aime

Exporter

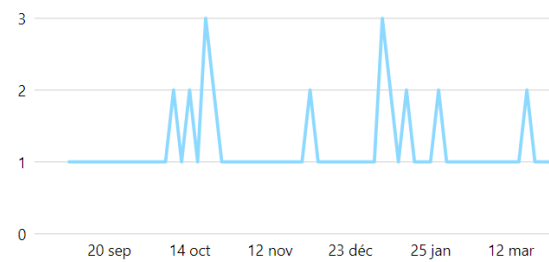
Nouvelles mentions J'aime de la Page Facebook

350 ↓ 3,3

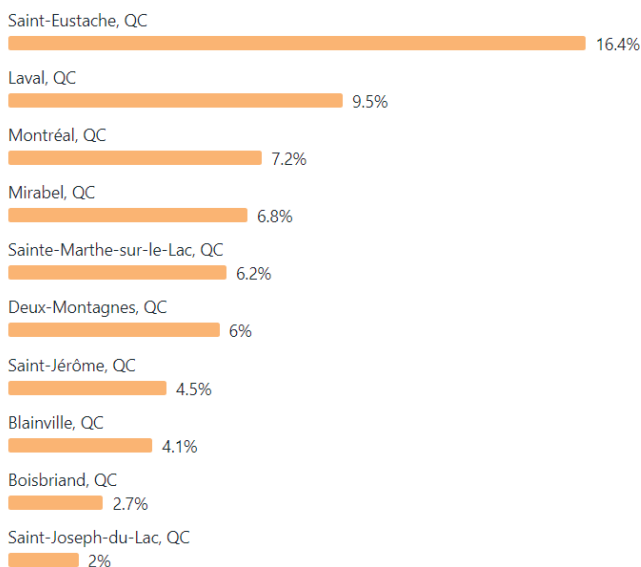


Nouveaux abonnés Instagram

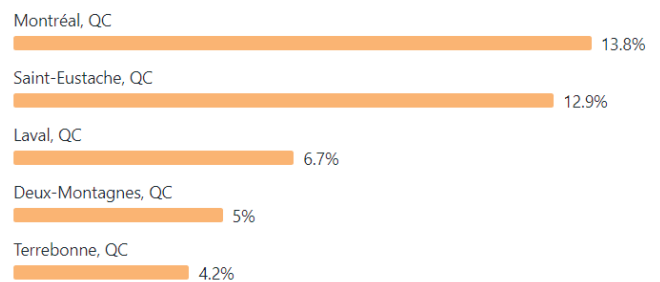
73



Principales villes



Principales villes



Campagne de financement et dons

Le Carrefour Péri-naissance et Familial reconnaît l'importance du financement autonome. C'est pourquoi, tranquillement, nous avons commencé un travail de campagne de financement qui se poursuivra et prendra de l'ampleur dans la prochaine année.

Demain-Demain

En collaboration avec la compagnie Demain Demain, nous avons créé des sacs réutilisables faits au Québec à partir de matériaux recyclés et à notre image. Ils sont disponibles sur notre site Internet dans la section boutique ou directement à l'organisme.



Colle à moi

Encore cette année, lorsque vous commandez vos étiquettes personnalisées avec la compagnie Colle à moi, 15 % du montant de votre commande est retourné à notre organisme afin de nous aider à financer nos opérations.

Plusieurs autres objets étaient en vente pour nous permettre d'amasser de l'argent dans le but de poursuivre notre mission : nos tasses avec notre logo, les couteaux pour enfants, les bavoirs et les lingettes confectionnées par des bénévoles.



Montant amassé pour toutes ces activités de financement :
304,93 \$

Campagne de financement et dons

Contribution volontaire



Nous avons également pris la décision, malgré l'inflation actuelle de tous les secteurs, de procéder à un gel des tarifs à partir de la session d'automne 2022. Conséquemment, nous avons procédé à l'instauration d'un nouveau financement autonome.

Dès l'automne, lors de l'inscription à toutes nos activités, nous avons mis en place une façon de contribuer financièrement à la mission de l'organisme. Une option « contribution volontaire » était donc proposée aux familles au moment de l'inscription aux activités et les familles pouvaient donner, si elles le souhaitaient seulement, à l'organisme en fonction de leurs moyens. Dans certains cas, pour les activités gratuites, nous avons indiqué un montant suggéré afin que les familles puissent avoir une idée du coût que pourrait coûter l'activité si l'organisme en venait à devoir réviser sa politique de tarification.

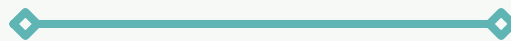
Des espaces de contribution volontaire était également disponibles lors des activités. Les contributions étaient facultatives et il était indiqué que cela ne devait pas être un frein à leur participation. Avec le montant amassé, nous souhaitons reconduire cette initiative pour l'année 2023-2024.

Le montant amassé pour l'année 2022-2023
en contribution volontaires s'élève à 2449 \$

Témoignages des membres

J'utilise régulièrement le service de halte-garderie pour mes jumeaux de 15 mois et j'adore. Comme il est difficile avec 2 bébés de faire les commissions ou avoir un petit moment à moi, ça me rend un gros service. J'ai toujours été satisfaite des éducatrices, mes bébés les adore et j'ai toujours eu un beau suivi sur le déroulement de la journée. De plus, j'utilise aussi régulièrement les cuisines collectives qui me permettent de rencontrer d'autres mamans, de cuisiner et d'échanger tout en étant très utiles. Ça me permet d'avancer quelques repas de la semaine plus complexe à moindre coût. Le Carrefour m'a permis de créer de belles amitiés.

Je vous en remercie et continuez votre beau travail vous faites la différence dans la vie de plusieurs familles. - Audrey



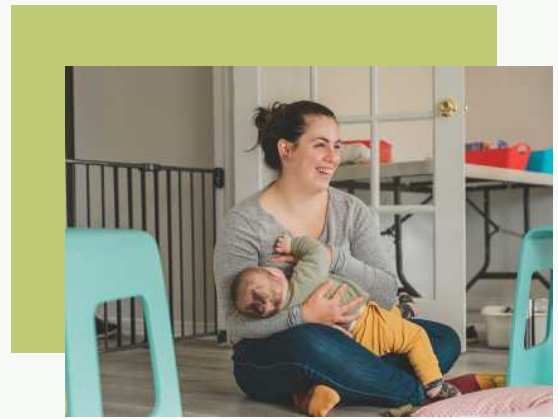
Le Carrefour m'a tellement apporté de positif autant pour les enfants que pour moi. Nous nous sommes faits de nouveaux amis et il y a toujours quelqu'un pour nous écouter, sans jugement. - Valérie



Ce que j'ai le plus apprécié des rencontres de préparation à la naissance et à la parentalité, c'est la disponibilité des intervenantes! Elles sont très humaines. Le Carrefour Péri-naissance et Familial est une belle découverte : une belle place avec beaucoup de services offerts !!! Comme future maman, je sais que je ne serai pas seule dans ce nouveau projet et que j'ai accès à des services de qualité. -

Anonyme

Services en bref



47

Familles en
relevailles

04

Dépannages
(couche et lait)

1185

Heures de services
de garde

38

Prêts à la
bibliothèque

149

Prêts à la
ludothèque

13

prêt à la
matériathèque

05

Interventions
psychosociale

34

Interventions
sexologiques

03

Interventions en
allaitement

Halte-garderie

Offert aux enfants entre 0 et 5 ans, le service répond principalement aux besoins particuliers et occasionnels des familles :

- Offrir du répit;
- Faciliter l'intégration de l'enfant dans un milieu de garde;
- Offrir un espace de socialisation à l'enfant ne fréquentant pas les services de garde traditionnels.

Sécuritaire et stimulante, elle permet aux tout-petits de vivre des expériences positives, variées, enrichissantes et adaptées à leurs besoins. Les enfants peuvent venir sporadiquement l'avant-midi, l'après-midi ou la journée complète. Nous constatons encore cette année une augmentation de l'utilisation du service : la halte-garderie est souvent à sa pleine capacité. Donc, en raison de la demande à laquelle nous avons fait face, nous avons été dans l'obligation de diminuer le nombre maximal de services offerts par semaine par famille. Les familles peuvent maintenant prendre le service de halte-garderie pour un maximum d'une journée ou d'une demi-journée par semaine au lieu de 2 lors des années précédentes.

1 185 heures de garde
et 51 semaines
d'ouverture

83 familles
soutenues



Bilan des services

Intervention psychosociale

La majorité de nos interventions se font de façon informelle dans nos interactions du quotidien avec les familles. Cependant, parce que la vie de parents comporte parfois des hauts et des bas, le Carrefour Péri-naissance et Familial offre de l'accompagnement et du soutien pour les familles qui en ressentent le besoin. Que ce soit en ligne, par téléphone ou en personne, ce service d'intervention psychosociale est offert aux membres gratuitement. Celui-ci offre une écoute attentive, compréhensive et bienveillante aux parents qui se questionnent sur leur rôle de parent, sur les besoins de leurs enfants ou encore qui vivent des émotions difficiles.

Intervention sexologique- Nouveauté

Avec l'arrivée d'une intervenante en sexologie dans notre équipe d'intervention et d'une stagiaire en sexologie, nous avons pu lancer un nouveau service de consultation sexologique communautaire à taux abordable pour les familles. Le service s'adresse aussi bien aux enfants qu'au parents et est disponible en format individuel ou de couple.

Intervention en allaitement

Nous avons comme objectif de pouvoir supporter les mères lors de l'allaitement le plus rapidement possible. C'est pourquoi, en plus de nos intervenantes périnatales formées en allaitement, quelques membres de notre équipe ont débuté une formation de base en allaitement pour intervenir auprès des familles allaitantes.



Nous offrons aussi une halte-allaitement offerte sur la route du lait de Nourri-Source et nous avons une pièce confortable pour y allaiter. De plus, un pèse-bébé est mis à la disposition des parents qui leur est offert gratuitement.

Bilan des services

La ludothèque et la bibliothèque

La ludothèque et la bibliothèque sont des services en augmentation cette année dont plusieurs familles bénéficient. Une grande diversité de livres et de jeux est disponible, et ce, pour tous les goûts.

Nouveauté!!!

Durant l'année, nous avons créé des trousse que les familles peuvent emprunter! Il y a entre autre la trousse d'accompagnement à la gestion de l'anxiété. Cette boîte vous permet d'outiller les tout-petits lors de moment anxiogène. Deux versions de disponible 0-5 ans et 6-12 ans ;

Une trousse sexo pour les enfants de 3 à 5 ans ! Pour les parents qui désirent accompagner leurs enfants dans les apprentissages de la sexualité et une trousse pour bouger en famille est aussi disponible!



La matériathèque

Mathériathèque familiale : Prêt de matériel sportif pour l'hiver tels que des raquettes, des bâtons de marche, des traineaux, des porte-bébés et des housses hivernales.

Mathériathèque périnatale : Prêt de matériel pour faciliter l'arrivée d'un nouveau-né. Plusieurs articles sont disponibles pour de la location de courtes ou longues durée tels que de parcs, des chaises vibrantes, des chaises hautes, etc.

Service de dépannage et friperie

Tout au long de l'année, le Carrefour offre un service de dépannage pour des couches et du lait maternisé. Les familles doivent en faire la demande et signifier leur besoin auprès d'une intervenante communautaire.

Un service de friperie est également accessible aux familles durant les heures d'ouverture. Il est possible d'y trouver des vêtements pour bébés, enfants, de maternité ainsi que des accessoires.



C'est 1669 \$ de plus que l'année précédente ! Merci!

Un merci spécial à tous ceux qui font des dons !

Revenus du
bazar
2409,90\$

Bilan des services

Les Relevailles



Le service de relevailles offre essentiellement du répit et s'adresse à toutes les familles ayant des enfants de 12 mois et moins ou à la femme enceinte qui vit une grossesse à risque. Le service peut comprendre de l'aide tels que :

- Les soins au bébé;
- Le soutien en allaitement;
- L'écoute et les échanges;
- Tâches ménagères
- Et plus encore...

293 blocs de relevailles
pour un total de 879 heures

Notre approche est de reconnaître les parents comme étant les meilleurs éducateurs pour leur enfant et d'agir selon les valeurs et le code de vie de chaque famille dans le respect de leur intimité, de leur dignité et de la confidentialité.

Le tarif est adapté en fonction du revenu et du nombre d'enfants dans la famille. Il varie entre 5 \$ et 12 \$ de l'heure.

Cette année, nous avons encore pu constater l'augmentation de la vulnérabilité des familles et nous avons également noté une recrudescence de familles avec des naissances gémellaires. À plusieurs reprises, dû aux défis des familles, nous avons augmenté le nombre de bloc de Relevailles après les 12 semaines prévues afin d'accompagner davantage ces familles et trouver des ressources supplémentaires.

Pendant plusieurs mois, j'ai reçu les services de relevailles. Étant maman de jumeaux, cette aide m'a permise de garder le cap et d'éviter un trop grand épuisement. Une intervenante fantastique a su prendre grand soin de mes petits trésors en s'adaptant à leurs besoins et à leur routine. Un lien de confiance facile a été créé ce qui m'a permise de prendre du temps pour moi et me permettre de me reposer. Un grand merci à Dominique! - Precilla-

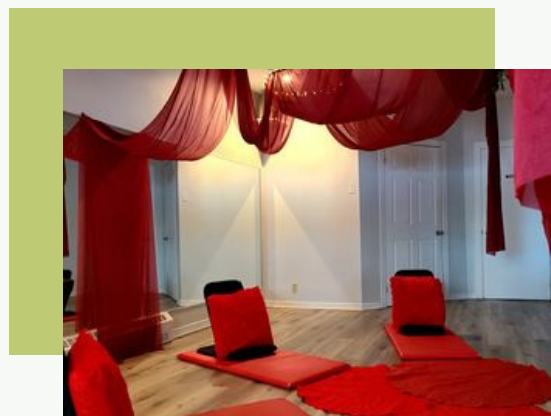
Activités et ateliers

Présentée en 4 sessions d'activités, le Carrefour Péri-naissance et Familial offre une grande programmation d'activités et d'ateliers adaptés aux besoins des familles.

Les activités ont lieu dans nos locaux durant l'automne, l'hiver et le printemps, ainsi qu'à l'extérieur, dans les parcs, durant l'été. Les familles ont accès à des activités avec ou sans réservation, gratuites ou à faible coût. Elles sont conçues pour informer, guider et outiller les parents, pour stimuler le développement de l'enfant sous diverses formes et pour permettre aux enfants et aux parents de socialiser.

Ateliers ponctuels

- Pause créative parent/enfant
- Pause créative
- Cuisine collective 6-12 ans
- Atelier cuisine parent/enfant
- Atelier sur les couches lavables
- Mini-gigote (2-5ans) et Mini-gigote estival
- Bouge ta matière (5-12 ans)
- Atelier de jardinage
- Atelier de création Fête des mères /Pères
- Viens diner avec bébé
- Les tentes rouges
- Atelier spéciale Halloween, Noël , Pâques
- Bricole et Bouquine
- Atelier sur le portage
- RCR et premiers soins pour la famille
- Motricité libre
- Atelier les repas en famille
- Le paradis multisensoriels (0-2 ans)
- Éveil à la musique (0-24 mois)
- Cuisines collectives
- Je relâche mon fou en famille



Activités et ateliers

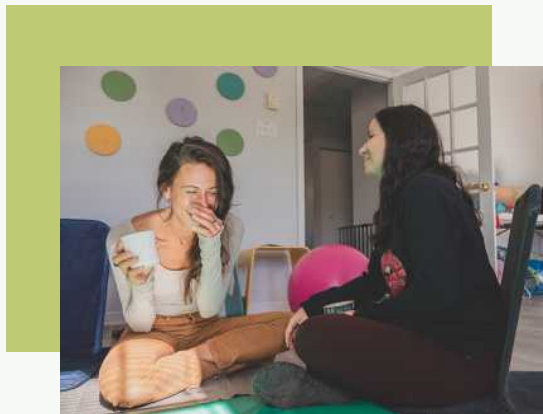
Session d'ateliers

- Bébé s'éveille (3-9 mois et 9-15 mois)
- Les grands explorateurs (3-5 ans)
- Les petits explorateurs (18-36 mois)
- JEEP (2-5 ans)
- Mission lecture (8-10 ans)
- Préparation à la maternelle (4-5 ans)
- La sexu quoi?
- Massage pour bébé
- Halte-allaitement
- Cours prénataux



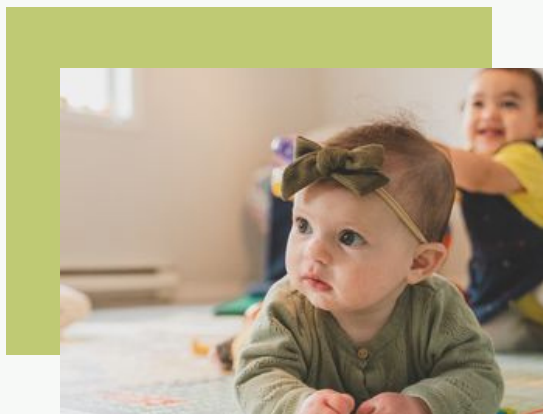
Cafés rencontres, conférences et causeries

- Les causeries du mercredi
- Les causeries de Deux-Montagnes
- Les causeries créatives
- Les Causeries sexo
- Cafés-rencontres et conférences :
 - Les réalités familiales
 - La stimulation du langage
 - La discipline
 - La santé mentale
 - Apprentissage de la propreté
 - Arrivée d'un bébé : préparer les frères et sœurs
 - La sexualité des parents
 - Éducation à la sexualité des 0-5 ans
 - Le développement moteur des 0-12 mois
 - La communication dans le couple
 - L'anxiété chez les enfants
 - Responsabiliser les enfants dans les tâches quotidiennes
 - Accompagner mon enfant dans ses tempêtes émotionnelles
 - Conférence sur le budget
 - Comment accompagner les enfants dans le deuil



Ateliers pré et post-natals

Participation



56



Rencontres de préparation
à la naissance et à la
parentalité

86



Bébé s'éveille

04



Initiation aux
couches lavables

41



Motricité libre

44



Éveil à la musique

19



Les petits
explorateurs

02



Tentes rouges

08



Groupe de soutien
Le Cocon

08



Viens dîner avec
bébé

Ateliers familles

Participation



00

Aide aux devoirs*

*Aucune inscription pour ce projet pilote

18

Bricole et bouquine

27

Bouge ta matière

35

Cuisines collectives
parent

14

Cuisines collectives
parent-enfant

07

Cuisines collectives
6-12 ans

152

Causeries

13

Causeries sexo

63

Causeries créatives

Ateliers familles

Participation



84

Cafés rencontres

19

Conférences

03

Les Grands explorateurs

13

JEEP programme
d'activité physique
parent-enfant

04

Atelier la Sexu Quoi?

111

Mini-Gigote

77

Activités ponctuelles

13

Préparation à la
maternelle

44

Évènements
familliaux

Activités spéciales

L'organisme a organisé quelques activités spéciales ponctuelles. Que ce soit dans nos locaux ou sous forme d'activités à faire à la maison, les familles ont été sollicitées tout au long de l'année à différents moments.

- Portes ouvertes : Septembre 2022
- Fête de la famille et Bazar : Mai 2022
- Clinique de vérification des bancs d'auto : Mai 2022 et septembre 2022
- Fête de Noël : Décembre 2022
- Carnaval d'hiver : Février 2023
- Différents concours tout au long de l'année



44 familles ont été rejointes lors des évènements familiaux

Comités et concertation

Implication
communautaire

Notre implication dans le milieu nous permet d'échanger et de solutionner des enjeux communs avec les partenaires communautaires, le Centre de Service Scolaire ainsi que le Centre Intégré de Santé et de Services Sociaux de la région. Ces collaborations nous permettent de participer à la création et au maintien d'un tissu social fort par l'entremise de projets et de références personnalisées et adaptées aux besoins de notre clientèle. Nous sommes présents sur plusieurs tables de concertation et comités afin de positionner l'organisme comme un incontournable pour les familles.

Concertation régionale Tout-petits Laurentides
Comité stratégique jeunesse (CAJ) 0-12 ans
Comité d'action jeunesse (CAJ) 0-12 ans
Comité de travail: 1ère transition scolaire
Comité en persévérance scolaire de Deux-Montagnes
Comité paternité Laurentides
Comité de développement d'une formation en violence conjugale (RCRPQ)
Comité de développement d'une formation en animation de groupe de dépression post-partum (RCRPQ)
Comité politique du RCRPQ
Participation au JASP - Collaborer pour les actions de demain en périnatalité

Partenaires 0-5

- Tout-petits Laurentides
- Concertation d'Action 0-12
- Nourri-source
- CESAME
- Centre Marie-Eve
- CISSSL
- CSSMI - Agente de transition scolaire
- AHGCQ
- RCRPQ
- Centre d'entraide Racine-Lavoie
- Chef de l'unité des naissances Saint-Eustache
- L'équipe du Service des relations médias, relations publiques et à la communauté

Partenaires 6-12

- Concertation d'Action 0-12
- L'équipe du Service des relations médias, relations publiques et à la communauté
- CISSSL - Laurentides secteur jeunesse
- CSSMI
- FQOCF

Autres partenaires

- Moisson Laurentides
- Little cupcakes in car seats

Projets financés

Chaque année nous profitons des divers appels de projets qui s'offre à nous en lien avec l'accomplissement de notre mission. Ces projets nous permettent d'innover et de mettre en place des services adaptés aux besoins des familles de notre communauté.

**Favoriser
l'engagement
paternel et la
coparentalité**

Révision des cours prénataux pour en faire des cours de préparation affective à la naissance comprenant les besoins et préoccupations spécifiques aux pères et à son implication précoce

**Santé & bien-
être des
hommes**

Adaptation régionale du Coffre à outils pour les futurs et nouveaux pères, de la table de concertation des Basques

**Santé & bien-
être des
femmes**

Création d'un groupe de soutien et de prévention de la dépression post-partum

Projets financés

Favoriser l'engagement paternel et la coparentalité



Notre projet, notre bébé !

Nous souhaitons que les pères s'engagent dans leur projet parental dès la grossesse afin d'augmenter les répercussions positives de l'engagement paternel sur tous les membres de la famille. Nous croyons aussi que le taux de dépression postnatale chez les deux conjoints pourrait être diminué grâce à l'implication, la compréhension et le soutien mutuel des parents. C'est pourquoi nous avons demandé du financement pour refaire la révision de nos cours de préparation à la naissance.

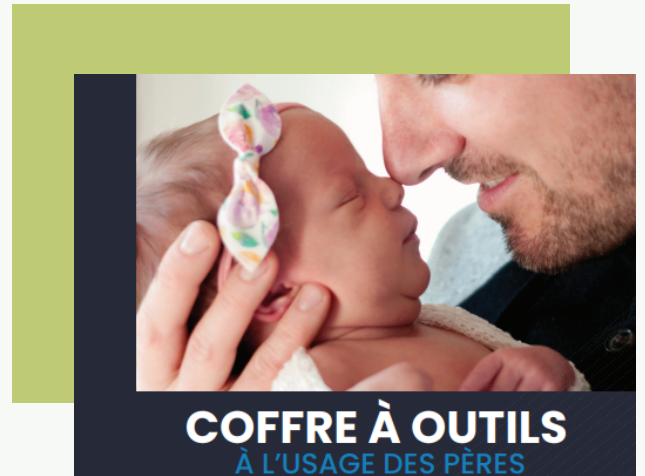
En intégrant le concept de coparentalité dans nos cours prénataux, nous souhaitons également sensibiliser les femmes aux besoins et aux préoccupations particulières des hommes afin que ceux-ci se sentent également compris et soutenus, mais également pour que les femmes laissent une plus grande place aux pères dès la naissance dans les soins apportés aux enfants.

Étant donné que nous avons déjà ce type de cours au sein de notre organisme, cette formation modifiée (cours de préparation à la naissance et à la parentalité) prendra place dans notre programmation régulière permanente. Cette formation adaptée permet d'augmenter l'intérêt, la participation et la satisfaction des hommes envers les cours de préparation à la naissance, d'augmenter la participation des hommes dans les soins aux bébés et du soutien à la mère en pré et postnatal.

Projets financés

Santé & bien-être des hommes

Coffre à outils à l'usage des pères de la grossesse à 2 ans



Cet outil aborde différents thèmes : engagement paternel, aide-mémoire pour l'accouchement, le retour à la maison, le post-partum des deux parents, le lien d'attachement, les pleurs de bébé, la coparentalité, des outils pratiques pour appliquer un partage équitable des tâches, la conciliation famille-travail, de l'information sur l'utilisation des écrans, la séparation et les références locales, régionales et nationales utiles pour les pères. Cet outil est utilisé par l'ensemble des Laurentides pour informer les futurs et nouveaux pères dans l'appropriation de leur nouveau rôle et susciter un engagement actif.

La version numérique du coffre à outils est disponible au : <https://bit.ly/3qQbPvt>.

« Je viens de terminer un moment de bonheur en lisant le nouvel outil destiné aux pères des Laurentides! Que de beaux souvenirs cela m'a évoqué!

C'est un très bon document qui a le mérite de valoriser le rôle du père, de répondre à ses besoins de compréhension (le savoir), d'être outillé (savoir-faire) et de lui donner l'espace d'être un père à sa manière (savoir-être). Bravo et merci aux noms de tous les papas! »

-Bernard Oligny, organisateur communautaire au CISSS des Laurentides

Projets financés

Santé & bien-être des femmes

Groupe de soutien le Cocon



Le Carrefour Péri-naissance et Familial reconnaît l'importance du bien-être des femmes dans la grossesse et la maternité pour que les enfants puissent se développer à leur plein potentiel. Ainsi, à l'automne 2022, l'organisme a offert un nouveau service de soutien aux femmes pour qui la maternité comporte des défis plus importants que prévu. Grâce au financement obtenu, nous avons pu accompagner les femmes dans leur grossesse et le début de leur maternité afin de leur offrir soutien, écoute et discussion. Le groupe s'adresse à toutes les mères ou futures mères vivant des difficultés d'adaptation, de l'anxiété, des signes de dépression avec ou sans diagnostic médical.

Le CISSS a octroyé un montant de 13 630 \$ à l'organisme afin que les Centres de Ressources périnatales des Laurentides, soit le Carrefour Péri-naissance et Familial et la Mèreveille, puissent offrir gratuitement des groupes de soutien aux femmes. Ce financement est essentiel au déploiement de cette offre de service spécialisé. Ce service est aussi bonifié par le service de relevailles déjà financé par le MSSS au sein des CRP.

Présenté sur 12 semaines, le groupe de soutien a pour principal but de soutenir les mères, de prévenir les troubles d'attachement et d'éliminer les détresses éprouvées par les familles. Lors des ateliers, les mères ont plus spécifiquement l'occasion de briser l'isolement, de créer un lieu d'accueil et d'échange, d'être informées et outillées, d'être soutenues dans leur réorganisation familiale, de reconnaître l'importance de l'engagement paternel par sa valorisation, d'être guidées dans la favorisation de la communication au sein du couple et d'actualiser le potentiel avec leur bébé.

2 sessions
8 mamans

Plan d'action 2023-2024

Consolidation

01

Planification stratégique

Une nouvelle planification stratégique 2023-2026 devra être réalisée et mise en action.

02

Engagement

Nous souhaitons un plus grand engagement dans notre milieu de vie de la part des membres, des employés et de la gouvernance.

03

Gestion et équipe

La cohésion et le bonheur d'équipe doivent être bonifiés. De meilleurs pratiques de gestion et une plus grande collaboration seront aussi mises en place.

04

Consolidation

Il est important de consolider l'offre de service, les avantages membres et de déployer la prochaine vision stratégique pour réaliser pleinement le potentiel du CPNF.



Carrefour

Péri-naissance & Familial

Fin du rapport d'activités 2022-2023

Merci pour votre
engagement!

