



Nourri-Source Montréal RAPPORT D'ACTIVITÉS 2019-2020



Nourri-
Source
MONTRÉAL



Sommaire

4 — Mot de la présidente du conseil d'administration

6 — Mot de l'équipe du tonnerre

8 — À propos de la constellation Nourri-Source Montréal

Nos étoiles polaires : Mission, vision, valeurs — 9

Un réseau d'entraide étincelant — 10

Nos étoiles du Berger - Le conseil d'administration — 11

L'équipe — 12

L'allaitement : énergie lumineuse et source de vitalité — 3

14 — Notre système solaire

Nos faiseuses de lumières : les marraines d'allaitement — 15

Nos amas d'étoiles : les secteurs — 16

Formation de nébuleuses : les aspirantes marraines — 18

Le soutien d'une étoile de mère à une autre — 19

20 — Des services en orbite

Les jumelages téléphoniques — 21

Les cours prénataux — 21

Haltes-allaitement — 22

Le Guide des ressources — 24

La Route du lait — 25

26 — Remuer ciel et terre : nos réalisations 2019-2020

Retour sur le développement de la dernière année — 27

- CIUSSS de l'Est-de-l'île-de-Montréal — 27

- CIUSSS du Nord-de-l'île-de-Montréal — 28

- CIUSSS du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal — 28

- CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'île-de-Montréal — 29

- CIUSSS de l'Ouest-de-l'île-de-Montréal — 29

Collaboration avec les hôpitaux — 30

Un univers de coparentalité — 31

Une meilleure rétention de nos étoiles filantes — 32

Nos bases de données — 32

Nos outils de communication interplanétaire — 33

34 — Vie associative dans notre galaxie

L'assemblée générale — 35

Les comités du conseil d'administration — 35

Le défi allaitement — 36

Semaine de l'action bénévole — 36

Le brunch de Noël — 37

Le renouvellement de l'adhésion — 37

38 — Implication dans la communauté

Nourri-Source Montréal,
un organisme qui travaille en concertation — 39

Les coups de coeur des secteurs — 41

44 — Situation financière : un horizon prometteur

A dramatic sky with a comet streak and a sunset glow. The sky transitions from a deep blue at the top to a bright orange and yellow at the bottom, suggesting a sunset or sunrise. A bright, white streak, resembling a comet or a meteor, cuts across the middle of the frame. The right edge of the image is torn, revealing a white background.

**Mot de la présidente
du conseil
d'administration**



Au crépuscule de 2019-2020, le bilan hors du commun me réchauffe le cœur. Face à chaque péripétie que cette année a réservée à Nourri-Source Montréal, l'équipe, le conseil d'administration et les marraines ont su répondre avec une résilience et un dynamisme énergisant. Prenons quelques instants pour revenir sur les grands défis de ce cycle qui s'achève.

Dès le début de l'année – qui s'annonçait déjà riche en projets –, Nourri-Source a fait face à la présence de moisissures dans ses locaux de la rue de Bordeaux. L'enjeu sanitaire nécessitait un déménagement hâtif, causant ainsi des tracasseries administratives auxquelles la directrice générale Mathilde Gouin et certaines membres du conseil d'administration ont répondu avec diligence et efficacité.

À cette occasion – et à plusieurs reprises au cours de l'année –, on a pu mesurer la passion et le cœur que les employées permanentes (Aurélië, Marie-Claude et Sophie) mettent dans leur travail pour améliorer continuellement l'expérience des filleules et des marraines. Elles l'ont démontré une fois de plus lorsque la pandémie est venue frapper à nos portes. L'équipe a alors relevé ses manches, trouvé des solutions et s'est adaptée rapidement pour faire face au confinement et aux fermetures inattendues.

Les marraines ont également fait preuve de proactivité! Fidèles au poste, elles ont poursuivi leur rôle essentiel auprès des mamans. Que ce soit pour les haltes-allaitement virtuelles, le groupe de marraines d'urgence, les activités et la présence en ligne, elles ont été nombreuses à lever la main lorsque nous avons demandé de l'aide.

Mention spéciale également à mes partenaires du conseil d'administration, tant les nouvelles qui ont su s'intégrer rapidement malgré une année bouleversée que celles sur leur départ. Selon leurs compétences et leurs intérêts, elles ont aussi mis la main à la pâte. Plusieurs dossiers auraient certainement été plus difficiles sans votre présence, et nos rencontres moins enrichissantes sans votre indéfectible participation.

À l'aube de cette nouvelle année, Nourri-Source Montréal a démontré qu'il est un organisme pouvant compter sur le dévouement de ses marraines, de son équipe et de son conseil d'administration, ainsi que sur le soutien de ses partenaires qui se sont montrés compréhensifs et collaboratifs. C'est pourquoi, comme présidente du conseil d'administration et comme marraine, je termine cette année avec fierté et j'aborde la nouvelle avec optimisme et confiance. Ensemble, nous avons surmonté les difficultés afin de faire une différence auprès des mamans, et ce, depuis 37 ans Ensemble, nous saurons faire en sorte que, quels que soient les nuages qui s'annoncent encore à l'horizon, l'année 2020-2021 sera à son tour riche en projets et, souhaitons-le, avare de mauvaises surprises.

Véronique Lieutaud
Présidente du conseil d'administration, Nourri-Source Montréal





**Mot
d'une équipe
du tonnerre**



Les derniers mois ont été des plus tumultueux. En effet, au début de l'année 2020, l'équipe a dû déménager – en raison de moisissures au sous-sol – dans de nouveaux locaux situés dans le quartier d'Hochelaga, et ce, après avoir travaillé à différents endroits pendant trois mois. Quelques semaines à peine après s'être installé au 1855, rue Dézéry, le gouvernement du Québec a déclaré l'état d'urgence en raison de la pandémie mondiale de COVID-19, ce qui a obligé l'équipe à faire de nouveau du télétravail.

Durant ces conjonctures difficiles et incertaines, il aurait été facile de se laisser avaler par un trou noir, ce qui aurait eu pour conséquence d'immobiliser l'organisme. Au contraire, nous nous sommes serré les coudes et avons continué à travailler avec acharnement pour maintenir au zénith notre organisation et sa mission. Ainsi, cette année encore – et vous le constaterez à la lecture du rapport d'activités –, l'organisme a innové afin de répondre aux besoins diversifiés de ses mairaines bénévoles et des parents qui ont fait le choix de l'allaitement.

Nous avons également réussi notre pari en misant sur nos ressources humaines. En effet, l'équipe – avec à sa tête une directrice qui terminera en 2020 sa quatrième année de mandat – est composée de quatre travailleuses lumineuses qui maîtrisent bien les enjeux et les défis de l'organisme. De plus, la majorité des membres du conseil d'administration s'impliquent activement depuis plus de deux ans, nous permettant peu à peu de nous tailler une place au soleil.

À l'image de Vénus, Nourri-Source Montréal scintille auprès de ses partenaires communautaires et institutionnels, et se démarque par l'originalité de son approche (soit le soutien de mère à mère) et par sa mission exclusive. Reconnu dans l'univers de la périnatalité comme un incontournable, l'organisme jouit d'une réputation sans précédent.

Quelle fierté pour l'équipe de faire partie de la belle et grande constellation qu'est Nourri-Source Montréal, qui contribue grandement au mieux-être des familles de l'île de Montréal depuis maintenant 37 ans.

L'équipe de Nourri-Source Montréal



À propos de la constellation

Nourri-Source Montréal

Nos étoiles polaires : mission, vision et valeurs

La mission

Nourri-Source Montréal a pour mission de développer une communauté et des environnements favorables afin que les mères qui souhaitent allaiter et leur entourage vivent une expérience positive de l'allaitement.

Notre mission se réalise par :

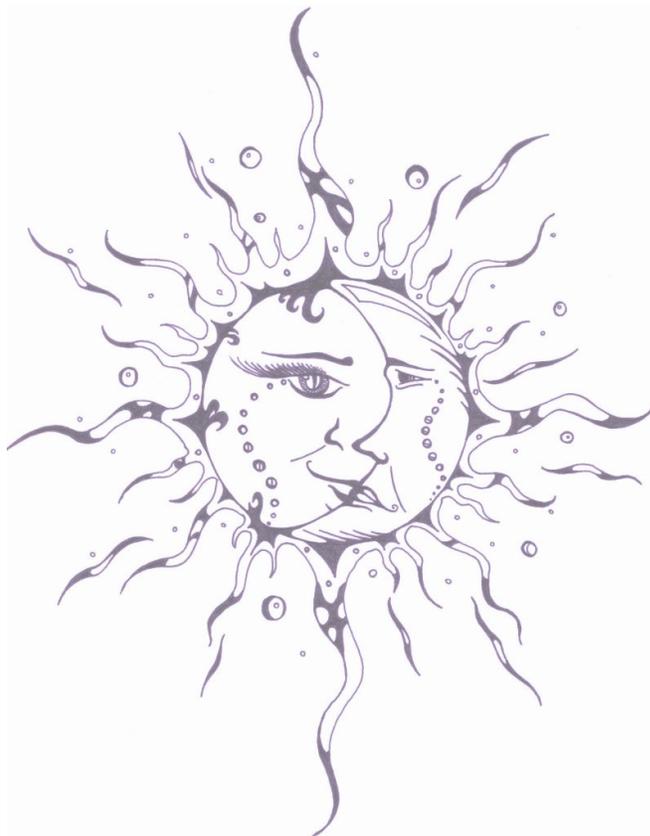
- La normalisation de l'allaitement dans l'espace public, notamment par la création de Routes du lait;
- Le soutien des mères par un service de jumelage gratuit avec des mairaines d'allaitement;
- La promotion et la diffusion de contenus informatifs, de formations adaptées et d'outils fiables;
- La création de lieux d'appartenance par la participation des mairaines à un réseau d'entraide permettant aux mères de briser l'isolement en période postnatale.

La vision

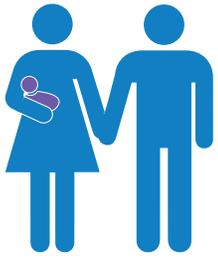
Nourri-Source Montréal contribue à normaliser l'allaitement et à favoriser le partage, de mère à mère, des connaissances liées à l'allaitement.

Les valeurs

- Ouverture : explorer de nouvelles possibilités et façons de faire, chercher à comprendre l'autre et sa réalité, et encourager des discussions et le partage d'idées.
- Respect : avoir de la considération et être à l'écoute des autres en établissant une relation d'égal à égal, et en ne posant pas de jugement sur les choix personnels des mères. Reconnaître que chaque personne est la mieux placée pour faire ses propres choix.
- Solidarité : créer et maintenir une relation d'engagement entre des personnes qui se soutiennent mutuellement.
- Autonomie : favoriser la faculté d'agir librement et de façon indépendante. Encourager la prise en charge de soi et le renforcement du pouvoir des femmes.



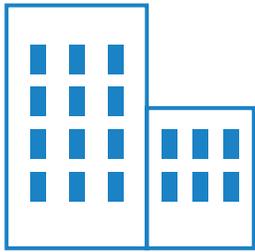
Un réseau d'entraide étincelant



5 412
parents joints



193
marraines d'allaitement partout
sur l'île de Montréal



533
établissements membres
de la Route du lait



23
haltes-allaitement auxquelles
participent les marraines



6x
arrondissements membres de la Route du lait



84
partenaires inscrits dans
le Guide des ressources en
allaitement



+ de 150
partenaires institutionnels et communautaires
partout sur l'île de Montréal



37
ans d'existence

Nos étoiles du Berger Le Conseil d'administration



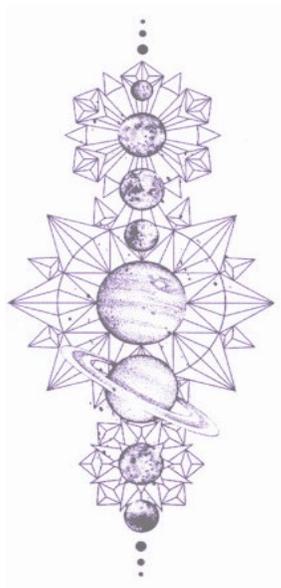
Véronique Lieutaud
Présidente



Marion Hourdel
Vice-présidente



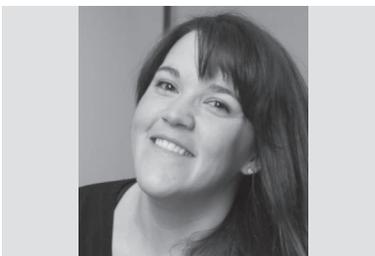
Orchidée Vaussard
Trésorière



Maryse Tellier
Administratrice



Geneviève Joseph
Administratrice



Isabelle Poulin
Administratrice



Myriam Pagès
Administratrice

Dans la dernière année, un bel équilibre s'est créé au sein du conseil d'administration. Trois de ses membres sont actives depuis maintenant deux ans et souhaitent renouveler leur mandat pour les deux prochaines années. De plus, depuis septembre 2019, trois nouvelles membres – dont deux sont marraines dans le secteur de Villeray–Petite-Patrie – ont été cooptées. Les connaissances des membres sur les enjeux liés à l'allaitement et les défis que rencontre l'organisme, alliées à leurs expertises professionnelles diverses et complémentaires, font de ce conseil d'administration une instance démocratique pertinente qui amène un soutien inégalé à la direction et à l'équipe, et qui permet de prendre les meilleures décisions pour l'organisme.

Finalement, soulignons que madame Maryse Tellier, membre du conseil d'administration depuis maintenant deux ans, termine son mandat. Nous la remercions sincèrement pour son implication et son dévouement. Au cours de la dernière année, elle a notamment soutenu la directrice dans le dossier de moisissures. Grâce à ses connaissances juridiques, elle a été d'une grande aide dans la prise de décision stratégique dans ce dossier.

L'équipe



Mathilde Gouin
Directrice générale



Marie-Claude Biron
Adjointe administrative



Sophie Morel
Chargée de projet

Aurélie Doyen
Agente de développement



Grâce au financement de la Politique de l'enfant et au montant supplémentaire reçu dans le cadre du Programme de soutien aux organismes communautaires, l'équipe de Nourri-Source Montréal est maintenant composée de quatre employées permanentes et à temps plein. Une grille salariale permettant d'offrir des conditions de travail plus compétitives, des mandats stimulants et des travailleuses possédant des expertises complémentaires ont permis de créer une dynamique de travail agréable et propice à la rétention des employées. La stabilité créée au sein de l'équipe dans la dernière année permet d'augmenter largement son efficacité et sa capacité à gérer des mandats complexes.

L'allaitement : énergie lumineuse et source de vitalité

L'Organisation mondiale de la santé (OMS), le Fonds des Nations unies pour l'enfance (UNICEF) et la Société canadienne de pédiatrie considèrent l'allaitement maternel comme le mode d'alimentation normal et inégalé chez le nourrisson.

Ces organismes recommandent :

- La pratique de l'allaitement maternel exclusif jusqu'à 6 mois;
- La poursuite de l'allaitement, combiné à d'autres aliments, jusqu'à l'âge de 2 ans et au-delà.



Le geste d'allaiter permet un contact peau à peau entre la mère et le bébé. L'allaitement répond donc non seulement aux besoins nutritifs du bébé, mais aussi à son besoin de chaleur et de sécurité. Comme l'allaitement permet des interactions fréquentes entre la mère et son bébé, le lien d'attachement est ainsi renforcé. Évidemment, cette proximité a également lieu chaque fois qu'une mère prend son bébé dans ses bras pour lui offrir le biberon, mais l'allaitement présente en plus de nombreux bénéfices pour l'enfant et pour la mère.

Bénéfices pour la santé des bébés

- L'allaitement exclusif pendant 6 mois est associé à une diminution de 50 % des gastroentérites, de 43 % des otites et de 30 % des infections des voies respiratoires. Ces causes de consultation sont parmi les plus fréquentes chez les enfants montréalais de moins de 5 ans.
- Des études associent la pratique de l'allaitement à une diminution de l'obésité chez les jeunes, du diabète de type I et II, de la leucémie, de l'entérocolite nécrosante et du syndrome de mort subite du nourrisson.
- Une enquête québécoise a démontré qu'un allaitement d'au moins quatre mois réduit le risque d'hospitalisation jusqu'à l'âge de 6 ans chez les enfants de milieu socioéconomique défavorisé.



Bienfaits de l'allaitement pour la mère

- L'allaitement exclusif et prolongé peut aider la mère à perdre le poids pris pendant la grossesse.
- L'allaitement réduit le risque du cancer du sein et possiblement de l'ovaire.
- L'allaitement exclusif et prolongé retarde le retour des menstruations.



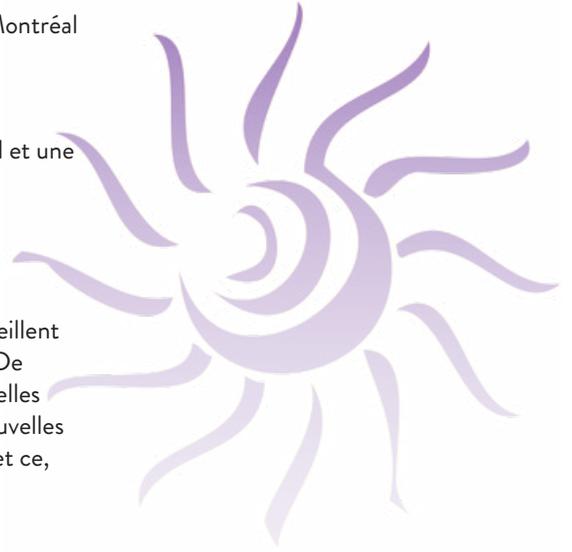
Notre système solaire

Nos faiseuses de lumières : les mairaines d'allaitement

Plus de **193 mairaines**, expérimentées et formées, s'impliquent chez Nourri-Source Montréal afin de soutenir, d'encourager et d'outiller les mères et leur famille.

- Elles sont des mères bénévoles qui allaitent ou qui ont déjà allaité.
- Elles ont reçu de Nourri-Source Montréal une formation sur l'allaitement maternel et une formation en relation d'aide.
- Elles participent à des formations continues sur l'allaitement.

La présence des mairaines a des effets bénéfiques sur la durée et sur l'exclusivité de l'allaitement, puisqu'elles rassurent les mères, les encouragent, les informent, les conseillent et les dirigent en cas de besoin à des ressources professionnelles et communautaires. De plus, elles contribuent au développement des compétences parentales des familles et elles participent à la normalisation de l'allaitement dans l'espace public. La formation de nouvelles mairaines permettra sans aucun doute d'améliorer la santé des mères et des enfants, et ce, tant sur le plan socioaffectif que sur le plan de la santé physique.



Nos amas d'étoiles : les secteurs de Nourri-Source Montréal

Territoire desservi par Nourri-Source Montréal - l'ensemble de l'île de Montréal

SECTEURS NOURRI-SOURCE MONTRÉAL

CIUSSS de l'Ouest-de-l'île-de-Montréal

- Dorval-Lachine-LaSalle (DLL)
- Ouest-de-l'île (ODI)

CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'île-de-Montréal

- Côte-des-Neiges / Parc-Extension (CDN/PE)
- Notre-Dame-de-Grâce - Cavendish (NDG)

CIUSSS du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal

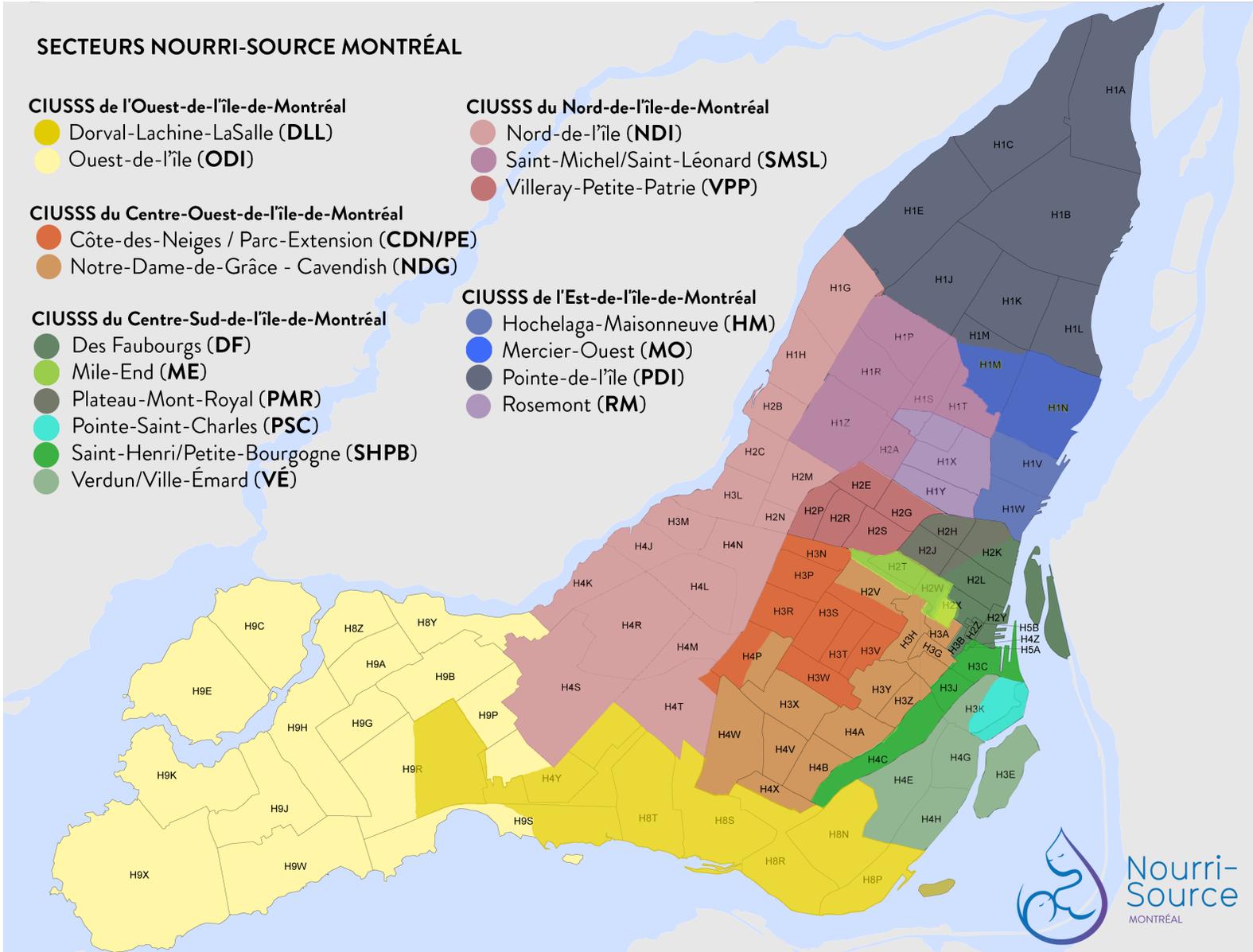
- Des Faubourgs (DF)
- Mile-End (ME)
- Plateau-Mont-Royal (PMR)
- Pointe-Saint-Charles (PSC)
- Saint-Henri/Petite-Bourgogne (SHPB)
- Verdun/Ville-Émard (VÉ)

CIUSSS du Nord-de-l'île-de-Montréal

- Nord-de-l'île (NDI)
- Saint-Michel/Saint-Léonard (SMSL)
- Villeray-Petite-Patrie (VPP)

CIUSSS de l'Est-de-l'île-de-Montréal

- Hochelaga-Maisonneuve (HM)
- Mercier-Ouest (MO)
- Pointe-de-l'île (PDI)
- Rosemont (RM)



CIUSSS	Territoire de CLSC	Nom du secteur	Nombre de haltes*	Nombre de marraines	Nombre de jumelages
De l'Ouest					
	Pierrefonds et Lac-Saint-Louis	Ouest-de-l'île	3	16	55
	Dorval, Lachine et LaSalle	Dorval-Lachine-LaSalle	2	8	35
Du Centre-Ouest					
	René-Cassin, Benny Farm et Métro	NDG - Cavendish	1	9	27
	Côte-des-Neiges et Parc-Extension	Côte-des-Neiges / Parc-Extension	1	8	51
Du Centre-Sud					
	Saint-Louis-du-Parc	Mile-End	1	10	94
	Plateau-Mont-Royal	Plateau-Mont-Royal	1	15	92
	Des Faubourgs	Des Faubourgs	2	12	68
	Pointe-Saint-Charles	Pointe-Saint-Charles	1	3	12
	Saint-Henri	Saint-Henri / Petite-Bourgogne	1	7	56
	Verdun et Ville-Émard	Verdun - Ville Émard	3	17	169
Du Nord					
	Villeray et Petite-Patrie	Villeray / Petite-Patrie	1	20	203
	Ahuntsic, Bordeaux-Cartierville, Saint-Laurent et Montréal-Nord	Nord-de-l'île	0	9	80
De l'Est					
	Saint-Michel et Saint-Léonard	Saint-Michel - Saint-Léonard	0	4	39
	Rosemont	Rosemont	1	16	103
	Hochelaga-Maisonneuve	Hochelaga-Maisonneuve	2	20	98
	Olivier-Guimond	Mercier-Ouest	1	6	31
	Mercier-Est, Anjou, Est-de-Montréal et Rivière-des-Prairies	Pointe-de-l'île	2	13	126

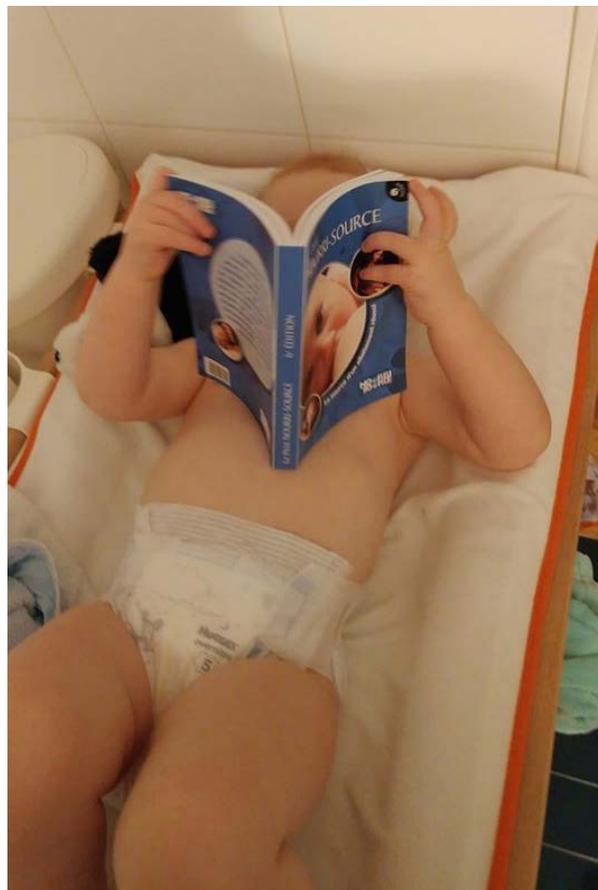
* Haltes avec participation de nos marraines.

Formation de nébuleuses : les aspirantes marraines

Depuis quelques mois, Nourri-Source Montréal offre gratuitement aux mères ayant allaité un minimum de 6 mois une formation de 12 heures sur les bases de l'allaitement (principales recommandations, anatomie et physiologie de la lactation, principes d'une prise de sein et d'une position adéquate, défis et problèmes courants, etc.) et de l'écoute active (principes, mises en situation, référencement, etc.). En plus des 12 heures de formation, les aspirantes reçoivent des capsules vidéos sur les différentes techniques de relation d'aide. Les évaluations de cette nouvelle formation sont très positives, et cette formule semble très appréciée des nouvelles marraines.

La formation – en grande partie organisée par notre resplendissante Marie-Claude Biron, adjointe administrative – est donnée par notre éblouissante Sophie, chargée de projet à Nourri-Source Montréal, nutritionniste et consultante en lactation. La formation est offerte dans les quartiers à proximité des mères, souvent en collaboration avec le réseau de la santé et des services sociaux ainsi qu'avec les organismes communautaires du quartier.

Cette année, 65 marraines d'allaitement ont été formées lors de sept formations organisées partout à Montréal. Après chacune d'entre elles, les marraines d'allaitement reçoivent un certificat de participation, un livre sur l'allaitement (*Le Petit Nourri-Source*) ainsi qu'un accès en ligne leur permettant de consulter diverses études et articles sur l'allaitement. À la suite de la formation, les responsables des différents secteurs de Nourri-Source Montréal prennent en charge l'intégration des nouvelles bénévoles dans l'apprentissage de leur rôle de marraine.



« Le soutien de ma marraine m'a été très précieux. Elle était présente lorsque j'avais besoin d'être rassurée et éclairée. Elle m'a fourni de bonnes références et était bien documentée. J'ai beaucoup aimé mon expérience! Dommage que je ne connaissais pas le service lors de la première grossesse. Merci beaucoup! »

Myriam Romanoff



Le soutien d'une étoile de mère à une autre

Le soutien de mère à mère est un facteur déterminant quant à la durée de l'allaitement et à la satisfaction liée à l'expérience d'allaiter. Ce soutien, qui a des impacts à long terme sur la santé de l'enfant et de la mère, est reconnu par plusieurs institutions.

- Dans le cadre du Plan d'action régional intégré de santé publique de Montréal 2016-2021, la Direction de la santé publique reconnaît que le soutien de mère à mère est une approche efficace qui contribue de façon significative à l'augmentation des taux d'allaitement.
- Les lignes directrices en allaitement maternel du ministère de la Santé et des Services sociaux visent à encourager la présence des groupes de soutien par les pairs en allaitement dans toutes les régions du Québec, et invitent les professionnels de la santé à diriger les mères vers un groupe de soutien en allaitement tel que Nourri-Source Montréal.
- Reconnue à travers le monde, l'Initiative des amis des bébés (IAB) est une stratégie mondiale lancée par l'OMS et l'UNICEF. Elle vise la création de milieux de soins où l'allaitement maternel constitue la norme. La dixième condition de cette initiative consiste à « encourager la constitution d'associations de soutien à l'allaitement maternel et à leur adresser les mères dès leur sortie de l'hôpital ou de la clinique ».

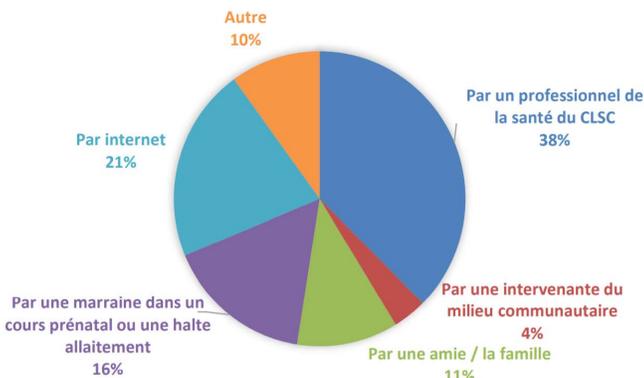


Les filleules soutenues par notre cortège céleste de marraines

Depuis maintenant plusieurs mois, Nourri-Source Montréal envoie un questionnaire de satisfaction à l'ensemble des filleules ayant bénéficié de l'accompagnement d'une marraine.

- Envoi du sondage en janvier et en avril
- 378 filleules contactées
- 70 réponses
- Toutes des filleules avec des bébés de minimum 6 mois

Comment avez-vous connu Nourri-Source Montréal ?



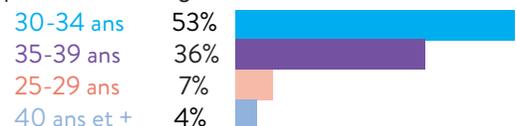
Recommanderiez-vous les services de Nourri-Source Montréal à une amie, un proche ?



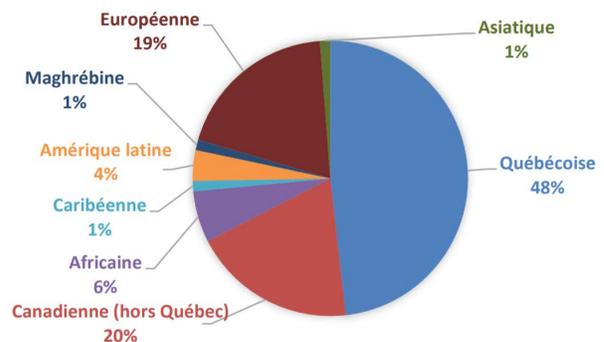
À quel moment avez-vous fait une demande de marraine ?

50% prénatal / 50% postnatal

Dans quelle tranche d'âge vous situez-vous ?



De quelle origine ethnique êtes-vous ?



Vous avez eu besoin des services d'une marraine d'allaitement pour :



Les services de
Nourri-Source Montréal



Des services
en orbite

Le soutien interplanétaire

Les jumelages téléphoniques



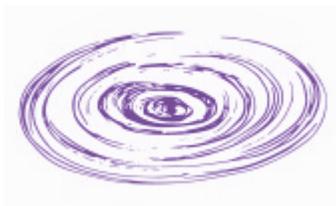
Cette année, Nourri-Source Montréal a permis **703** jumelages en prénatal et **636** jumelages en postnatal. C'est **14 %** de plus de jumelages avec une marraine comparativement à l'année dernière.

L'accompagnement des mairaines en allaitement est majoritairement effectué par téléphone. Cela permet entre autres :

- Une écoute personnalisée en fonction des besoins des mères et aussi longtemps qu'elles le désirent ;
- Un soutien continu par téléphone, avant l'accouchement et jusqu'au sevrage, qui s'adapte selon un horaire que les mères déterminent avec leur marraine en allaitement ;
- Des réponses aux questions des mères et des encouragements lorsque le besoin se fait sentir.

« J'ai adoré mon expérience ! Ma marraine (Marie-Pierre Chazel) m'a apporté un soutien incroyable. L'allaitement n'est pas toujours facile physiquement et émotionnellement, mais elle m'a encouragée, m'a offert plusieurs astuces et ressources pour me guider. Un gros merci ! :) »

Anniclaude Weiss



Les cours prénataux

Dans certains secteurs de Nourri-Source Montréal, les mairaines d'allaitement sont invitées à venir présenter les services de l'organisme pendant un des cours prénataux du CLSC. Ainsi, plus de 1 400 parents par année ont l'occasion d'en apprendre davantage sur la ressource et de faire une demande de jumelage avant l'arrivée du bébé. Ce jumelage prénatal leur permettra d'établir un lien avec leur marraine et de se préparer davantage à l'allaitement.

« Un énorme merci à ma marraine qui a été d'une grande écoute et d'un grand soutien sur la multitude de questions que la nouvelle maman que je suis s'est posée (de l'allaitement à l'introduction des aliments, au sommeil, etc.). »

Caroline De Vit

Le déploiement d'un satellite de communication

Un outil de communication a été créé afin de faire connaître les haltes-allaitement aux partenaires communautaires, aux parents et aux professionnels du réseau de la santé. Pour l'instant, cet outil a été distribué uniquement aux secteurs du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, mais il sera partagé plus largement en 2020-2021.

Les haltes-allaitement

C'est près de 3 900 parents et membres de l'entourage qui sont joints annuellement dans le cadre de haltes-allaitement. Ces activités sont tenues dans des CLSC ou des organismes communautaires locaux. Environ 35 activités sont répertoriées sur l'île et les mairaines sont présentes dans une vingtaine d'entre elles.

Leur présence permet d'offrir un soutien plus concret par rapport aux positions d'allaitement et à la mise au sein. De plus, elles contribuent à créer une ambiance chaleureuse et accueillante pour les familles qui s'y présentent. Les haltes-allaitement favorisent les échanges entre mères et aident à réduire l'isolement.

La liste des stations spatiales

L'équipe de Nourri-Source Montréal a répertorié un total de 23 haltes-allaitement partout sur l'île, soutenues par l'effort bénévole des mairaines. De plus, nous avons créé une page « Halte-allaitement » sur notre site Internet; celle-ci a été fréquentée par plus de 760 personnes dans la dernière année et elle est mise à jour sur une base régulière.

HALTE-ALLAITEMENT
Soutien | Ressources | Partage
Gratuit - Sans inscription

Pour plus d'informations:
nourrisourcemontréal.org/fr/haltes

Nourri-Source
L'Île de la Santé
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal
Québec

HALTE-ALLAITEMENT
Soutien | Ressources | Partage

Gratuit - Sans inscription

Pour qui ?
Vous allaitez et vous avez besoin de réponses à vos questions ? Dans une ambiance conviviale, venez à la rencontre d'autres parents, des mairaines d'allaitement et d'une consultante en lactation pour recevoir le soutien dont vous avez besoin et partager votre expérience d'allaitement. Futures mamans, papas et fratrie bienvenus.

Où ? Centre Gabrielle-et-Marcel-Lapalme
5350 rue Lafond, 2^{ème} étage
Montréal, H1X 2X2 (entre Laurier et Masson)

Quand ? Un vendredi sur deux
de 10h à 12h

Calendrier 2019-2020

13 et 27 septembre 11 et 25 octobre	8 et 22 novembre 6 et 20 décembre	17 et 31 janvier 14 et 28 février	13 et 27 mars
--	--------------------------------------	--------------------------------------	---------------

Avec la présence d'une consultante en lactation (IBCLC)

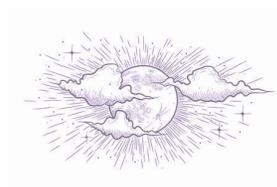
Partenaires

Nourri-Source | CABREFOUR FAMILIAL-INTERMÈDE | Table de concertation de la Petite enfance de Montréal | SLAB | Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal Québec

Pour plus d'informations: nourrisourcemontréal.org/fr/haltes ou www.intermede.ca/halte-allaitement.html

Haltes-allaitement sur le territoire avec la présence des mairaines

CIUSSS	Nom du secteur	Lieu
De l'Ouest		
	Ouest-de-l'île	CLSC de Pierrefonds Carrefour familial Cloverdale West Island Woman's Centre
	Lachine	CLSC de Dorval-Lachine
	LaSalle	CLSC de LaSalle
Du Centre-Ouest		
	NDG - Cavendish	CLSC de Benny Farm
	Côte-des-Neiges	CLSC de Côte-des-Neiges
Du Centre-Sud		
	Mile-End	CLSC de Saint-Louis-du-Parc
	Plateau-Mont-Royal	CLSC du Plateau-Mont-Royal
	Des Faubourgs	Maison des naissances Le P'tit Chaos - Espace libre
	Pointe-Saint-Charles	Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles
	Saint-Henri - Petite-Bourgogne	Famijeunes
	Verdun - Ville-Émard	Centre Pause Parents-Enfants 4440, boul. LaSalle Centre des loisirs Mgr Pigeon
De l'Est		
	Pointe-de-l'île	Maison des familles de Mercier-Est Maison Cybèle / Café FOMO
	Rosemont	Carrefour familial Intermède
	Hochelaga-Maisonneuve	Entre mamans et papas Carrefour Parenfants
	Mercier-Ouest	Escale Famille Le Triolet
Du Nord		
	Villeray / Petite-Patrie	Espace Famille Villeray



Le Guide des ressources

Notre carte du ciel : les ressources en allaitement sur l'île de Montréal

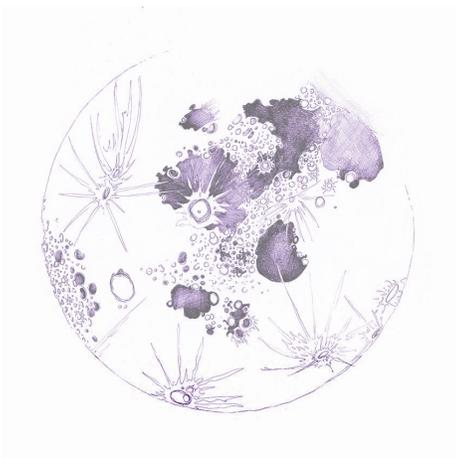
Nourri-Source Montréal offre un Guide des ressources en allaitement dans lequel nous retrouvons l'ensemble des coordonnées des services en allaitement offerts par le système de la santé et des services sociaux, par les différents organismes communautaires en périnatalité, par des consultantes en lactation et par les pharmacies. Il est disponible gratuitement sur le site Internet de l'organisme dans la section « Ressources ».

Une constellation qui évolue : la mise à jour du guide

Après quelques mois d'utilisation, nous avons constaté que le visuel et l'organisation des informations devaient être retravaillés. Ainsi, le concepteur Web a apporté des modifications pour améliorer l'expérience de navigation. De plus, une mise à jour de la base de données a été effectuée afin de maintenir les informations les plus exactes possible.

Un guide pour tous les astres radieux

Le Guide des ressources en allaitement permet aux mairaines de connaître l'ensemble des ressources dans leur quartier, ce qui facilite grandement leur travail. Il peut aussi être utilisé par les infirmières en périnatalité, qui peuvent diriger les parents vers les divers services offerts dans la communauté. Enfin, les parents eux-mêmes peuvent utiliser le guide en fonction de leurs besoins au quotidien.



Choisissez un service

- Tous les services
- Accompagnement à la naissance
- Atelier d'introduction des aliments
- Autres professionnels
- Consultante en allaitement
- Cours prénataux
- Frénotomie
- Halte-allaitement
- Location de tire-lait
- Pesée pour bébé
- Relevailles
- Suivi nutritionnel
- Suivi postnatal avec rendez-vous
- Suivi postnatal sans rendez-vous
- Ventes d'accessoires d'allaitement
- Visite postnatale à domicile
- Activités connexes

Notre voie lactée : la Route du lait

La Route du lait est un regroupement d'établissements publics et de commerces favorables à l'allaitement. Ils permettent aux mères d'entrer dans leurs locaux pour allaiter leur enfant, et ce, sans obligation d'achat. Cette initiative que Nourri-Source Montréal déploie sur l'île de Montréal a pour but d'encourager l'allaitement dans les lieux publics et de normaliser l'allaitement maternel dans la collectivité.



Un catalogue d'étoiles actualisé

Cette année, des efforts ont été déployés par l'adjointe administrative et l'agence Bon Melon afin de simplifier la saisie de données et la création de bases de données, dans le but d'éventuellement mettre à jour les coordonnées des établissements et des commerces membres de la Route de lait. Ensuite, nous envisagions d'engager une chargée de projet par le biais d'une subvention salariale d'Emploi-Québec afin de mettre à jour de la Route du lait. Malheureusement, avec l'arrivée de la pandémie, nous avons dû cesser nos démarches pour procéder à l'embauche d'une nouvelle employée.

Montréal

Une nouvelle étoile

Dans la dernière année, des démarches ont été entreprises auprès de l'arrondissement de Mercier-Hochelaga-Maisonneuve. Les établissements gérés par l'arrondissement deviendront membres de la Route du lait sous peu.





**Remuer ciel et terre :
nos réalisations
2019-2020**

Retour sur le développement de la dernière année

Depuis maintenant trois ans, Nourri-Source Montréal s'est donné comme objectif de rendre accessibles ses services pour l'ensemble de l'île de Montréal. De quelles façons? D'abord, en encourageant l'émergence de nouveaux secteurs de mairaines d'allaitement dans des quartiers en périphérie de Montréal. Ensuite, en misant sur le développement de haltes-allaitement dans des régions de Montréal où nous avons décelé des trous de service en ce qui a trait au soutien en allaitement. Voici un compte rendu des actions réalisées par l'équipe au cours de la dernière année.

Le CIUSSS de l'Est-de-l'île-de-Montréal

- ✦ **Création de 2 haltes-allaitement** populaires qui fusionnent la participation des mairaines, d'une consultante en lactation et d'une intervenante de l'organisme communautaire partenaire;
- ✦ Organisation d'un total de **6** haltes-allaitement animées par les mairaines;
- ✦ **Relation privilégiée** avec la chef d'administration des programmes en santé parentale infantile;
- ✦ Impression et distribution de **90** affiches et de **1 500** cartons promotionnels sur le territoire pour promouvoir les haltes;
- ✦ Participation de l'agente de développement à **8** rencontres de mairaines;
- ✦ Adhésion à **3** tables de concertation locales;
- ✦ Animation de **5** ateliers-allaitement à Saint-Michel et à Saint-Léonard pour recruter de nouvelles mairaines d'allaitement;
- ✦ Participation à **2** rencontres du comité périnatalité de Saint-Léonard pour développer une nouvelle halte;
- ✦ Appui d'une **dizaine** de partenaires pour la mise en place de nos services;
- ✦ Participation à **3** fêtes de famille de quartier.



La Table de quartier
Hochelaga-Maisonneuve



Le CIUSSS du Nord-de-l'île de Montréal

- ✦ Création d'un **nouveau secteur de mairaines** qui couvre les territoires de Bordeaux-Cartierville, d'Ahuntsic et de Saint-Laurent;
- ✦ **Partenariat solide avec les CLSC** de Bordeaux-Cartierville et de Saint-Laurent;
- ✦ Proactivité des **3** partenaires communautaires (Maison des familles de Saint-Laurent, Espace Famille Villeray et Maison des parents de Bordeaux-Cartierville);
- ✦ Organisation de **4** ateliers-allaitement offerts à la population;
- ✦ Participation de l'agente de développement à **4** rencontres de mairaines;
- ✦ Présence d'une **infirmière de liaison** pour le secteur;
- ✦ Création d'un partenariat avec la consultante en lactation de l'**Hôpital du Sacré-Cœur-de-Montréal**.



Le CIUSSS du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal

- ✦ Participation de l'agente de développement à l'organisation du **défi allaitement** du secteur des Faubourgs;
- ✦ Participation de l'agente de développement à **3** rencontres des mairaines;
- ✦ Entente de service signée pour le fonctionnement de la **halte-allaitement** avec nos partenaires Famijeunes et les CLSC de Verdun et de Saint-Henri;
- ✦ Collaboration solide avec **5** partenaires communautaires;
- ✦ Tenue d'un **kiosque** lors de la Journée des professionnelles en allaitement.



Le CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'île-de-Montréal

- ☆ Participation annuelle à la **table famille** de Côte-des-Neiges;
- ☆ Présentation d'un **projet SIPPE** à la table famille pour développer nos outils de communication multilingues;
- ☆ Participation annuelle au **comité allaitement** du CIUSSS Centre-Ouest;
- ☆ Partenariat privilégié avec le **CLSC de Côte-des-Neiges**;
- ☆ Collaboration avec **9** partenaires communautaires locaux;
- ☆ Participation de l'agente de développement à **1** rencontre des marraines de Côte-des-Neiges;
- ☆ Organisation de **2** ateliers-allaitement offerts à la population;
- ☆ Participation à la **fête de la famille** de Côte-des-Neiges;
- ☆ Tenue d'un **kiosque au CHU Sainte-Justine** pendant la Semaine mondiale de l'allaitement 2019;
- ☆ Rencontre avec l'**Hôpital général juif** afin de faire connaître nos services.



Le CIUSSS de l'Ouest-de-l'île-de-Montréal

- ☆ Participation de l'agente de développement à **5** rencontres des marraines de Dorval-Lachine-LaSalle;
- ☆ Rencontre avec l'**Hôpital de LaSalle** pour faire connaître et développer nos services;
- ☆ Présence des marraines à **5 haltes-allaitement**.



Centre des Femmes West Island
West Island Women's Centre

Collaboration avec les hôpitaux

Dès notre première prise de contact avec les hôpitaux, nous avons été accueillis chaleureusement. L'objectif? En savoir plus sur le milieu hospitalier – qui nous est peu familier –, tout en faisant connaître l'organisme.

Dans le cas de l'**Hôpital général juif**, nous avons rencontré mesdames Claudia Cinquino (conseillère en soins infirmiers aux soins des nouveau-nés prématurés) et Chloé Décarie-Drolet (infirmière-chef en soins mères-enfants unité post-partum et gynécologie) en décembre 2019. Nous avons alors parlé de créer une affiche expliquant nos services afin que Nourri-Source Montréal soit mis en évidence sur leur tableau d'informations destiné aux parents.

De plus, nous étions censés faire un dîner-conférence avec des équipes d'infirmières (service néonatalogie et service post-partum) pour présenter nos services afin qu'elles puissent à leur tour relayer l'information auprès de leurs patientes. Malheureusement, l'activité n'a pas eu lieu en raison de la pandémie.

Dans le cas de l'**Hôpital de LaSalle**, que nous avons rencontré en janvier 2020, il a été question d'afficher nos services sur leur tableau de communication et de distribuer des dépliants dans le dossier remis aux mamans avant leur départ.

Mesdames Renée Bougie (chef du continuum des naissances) et Stefanie Mangel (chef des cliniques externes GARE multisites et soutien transversal à la formation) nous ont également invités à présenter nos services lors d'une rencontre du comité IAB de tout le CIUSSS de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal. Toutefois, la présentation n'a pas eu lieu en raison de la pandémie.

Il y a une ouverture de la part de l'équipe de LaSalle pour qu'à très long terme des mairaines se déplacent dans les chambres des mamans ayant accouché pour venir donner l'information et prendre des jumelages directement. Un binôme mairaine et consultante en lactation pourrait alors se former pour faire le suivi auprès de ces jeunes mères.

Enfin, nous avons également eu un contact téléphonique avec l'**Hôpital du Sacré-Cœur-de-Montréal**. Nous avons échangé sur le fait que les mairaines pourraient avoir un kiosque dans le hall d'entrée lorsqu'il y a des visites de futures mamans.



HÔPITAL DE LASALLE

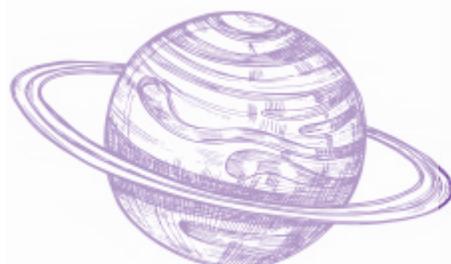


**HÔPITAL DU SACRÉ-CŒUR
DE MONTRÉAL**

HSCM *Doués pour la vie*



Semaine mondiale de l'allaitement maternel
Kiosque des mairaines de Nourri-Source Montréal
au CHU Sainte-Justine.



Un univers de coparentalité

À l'automne 2018, nous avons déposé un projet portant sur la coparentalité, la paternité et l'allaitement auprès du ministère de la Famille. Cette demande répondait à un appel de projets dans le cadre du Programme de soutien financier aux activités favorisant l'exercice de la coparentalité. Ce projet, conçu en partenariat avec le Regroupement pour la valorisation de la paternité, visait à joindre davantage les pères et à mettre en lumière l'importance de leur soutien. Le projet ayant été retenu par le ministère de la Famille, nous avons bénéficié d'une subvention de 38 616 \$ pour mener à bien ce projet.

Des collaborations intergalactiques

Un comité formé de partenaires communautaires, d'infirmières, de pères et de mères a été mis en place en 2019. Ce comité s'est rencontré à quelques reprises afin d'orienter la création de capsules vidéos et d'une bande dessinée à l'intention des pères. Ces outils sont maintenant disponibles gratuitement dans la toute nouvelle section portant sur la coparentalité du site Internet de Nourri-Source Montréal. Sur cette page, en plus des capsules vidéos et de la bande dessinée, les parents et les mairaines y trouveront des balados, des articles, des blogues de papa et plusieurs autres documents pertinents en lien avec la coparentalité.

Coparentalité : une formation pour toute la galaxie

De plus, une formation a été organisée pour nos partenaires communautaires, les membres du conseil d'administration, l'équipe de Nourri-Source Montréal et les mairaines. Une quinzaine de participantes et de participants étaient présents. Cette formation, donnée par le Regroupement pour la valorisation de la paternité, a permis de déterminer diverses actions qui pourront être réalisées dans les prochaines années afin que Nourri-Source Montréal devienne un organisme plus accueillant pour les pères. À surveiller dès septembre prochain : une formation virtuelle s'adressant aux mairaines d'allaitement sera proposée!

Des outils pour les étoiles masculines

La chargée de projet responsable de la réalisation du projet portant sur la coparentalité, la paternité et l'allaitement a participé à la Su-Père Fête, qui s'est déroulée dans le cadre de la 5^e Semaine québécoise de la paternité. À l'occasion de cette activité, elle a présenté les outils développés par Nourri-Source Montréal à plusieurs familles, mais aussi à des intervenants travaillant auprès des pères et des familles montréalaises.



Avec la participation de :



Une meilleure rétention de nos étoiles fillantes

En 2018-2019, un comité composé de trois membres du conseil d'administration et d'un membre de l'équipe s'est formé afin de s'intéresser à la rétention des mairaines d'allaitement. Le constat initial qui avait été fait était plutôt préoccupant : chaque année, notre taux de démission tournait autour de 40 %. De plus, plusieurs secteurs nous parlaient fréquemment des mairaines fantômes que l'on ne voit jamais aux rencontres de secteurs et qui ne prennent aucun jumelage.

La première action du comité a été de créer un sondage destiné aux mairaines afin de mieux comprendre leurs motivations à s'impliquer à Nourri-Source Montréal. Ensuite, le 2 mai 2020, une rencontre – à laquelle une vingtaine de personnes ont participé – nous a permis de soulever de nombreuses pistes d'action afin d'améliorer la rétention et la motivation des mairaines d'allaitement.



Nos bases de données

En 2017, lors de la réalisation de notre planification stratégique, nous faisons le constat suivant : nous n'avons aucune base de données ou information à jour sur nos bénévoles, nos filleules et nos partenaires. Ainsi, nous avons établi que l'une des priorités consistait à donner accès à l'équipe et aux bénévoles à des données justes et actuelles. De plus, l'une des grandes richesses des bases de données est de permettre de croiser les données provenant de sources diverses et complémentaires, afin de pouvoir prendre des décisions plus éclairées.

Par conséquent, dans la dernière année, l'équipe a travaillé d'arrache-pied pour améliorer tous les fichiers de bases de données et leur processus de mise à jour. Concrètement, les processus et les fichiers améliorés sont :

- ★ Le fichier de répartition des jumelages téléphoniques utilisé maintenant par 95 % des secteurs, nous permettant tous les trois mois de voir l'évolution des jumelages dans chaque secteur;
- ★ Le renouvellement de l'adhésion des membres;
- ★ La saisie des données pour le Guide des ressources en allaitement et la Route du lait;
- ★ Le sondage aux filleules nous permettant de récolter des informations sur elles et de connaître leur niveau de satisfaction;
- ★ Le bottin des mairaines et des partenaires.

À la suite de cette rencontre, un sondage a été envoyé aux mairaines en leur demandant d'inscrire les actions qu'elles jugeaient prioritaires à mettre en place dans les prochaines années; plus de 50 % d'entre elles ont répondu au sondage, soit une participation inattendue! Les actions suivantes ont été retenues :

- ★ **Formation continue en ligne;**
- ★ **Amélioration de la bibliothèque virtuelle;**
- ★ **Soutien des mairaines par une consultante en lactation;**
- ★ **Création d'un réseau d'entraide entre mairaines;**
- ★ **Meilleur soutien pour les nouvelles mairaines;**
- ★ **Rencontres virtuelles ponctuelles entre mairaines;**
- ★ **Mise à jour du guide des mairaines.**

Quelques exemples :

Progression des jumelages pour le nouveau secteur du Nord-de-l'île

TRIMESTRE 1 : AVRIL - MAI - JUIN 2019	7 jumelages
TRIMESTRE 2 : JUILLET - AOÛT - SEPT. 2019	11 jumelages
TRIMESTRE 3 : OCT. - NOV. - DÉC. 2019	30 jumelages
TRIMESTRE 4 : JANV. - FEVR. - MARS 2020	32 jumelages

Réorganisation du secteur de Rosemont pour la prise de ses jumelages

TRIMESTRE 1 : AVRIL - MAI - JUIN 2019	17 jumelages / 17 hors secteur
TRIMESTRE 2 : JUILLET - AOÛT - SEPT. 2019	27 jumelages / 18 hors secteur
TRIMESTRE 3 : OCT. - NOV. - DÉC. 2019	30 jumelages / 9 hors secteur
TRIMESTRE 4 : JANV. - FEVR. - MARS 2020	29 jumelages / 13 hors secteur

Nos outils de communication interplanétaire

Notre site Internet : notre « biosphère »

Faites un don

Nourri-Source Montréal

Qui sommes-nous ?
L'équipe
Le conseil d'administration
[Partenaires](#)

Nos services

Trouver une marraine d'allaitement
Find breastfeeding peer support
[Haltes-allaitement](#)
Devenir marraine
[Espace coparentalité](#)

Route du lait

Consulter la Route du lait
Qu'est-ce que la Route du lait
S'inscrire à la Route du lait

Ressources

Consulter le [Guide des ressources](#)
S'inscrire au Guide des ressources

L'allaitement

Dans l'espace public
Allaitement prolongé
Recommandation de l'OMS
Info-allaitement
[Ressources sur la coparentalité](#)

Actualités Contact

- ★ 11 900 nouveaux visiteurs
- ★ Page « [Partenaires](#) » mise à jour

- ★ [Demande de jumelage en ligne](#) en français et en anglais

- ★ Nouvelle page qui répertorie les [haltes-allaitement](#)

- ★ Section complète sur la [coparentalité](#)

- ★ Liste des établissements membres de la [Route du lait](#)

- ★ Recherche d'une [ressource en allaitement](#)

- ★ Actualités, articles, études **et bien plus encore !**



Nouveaux outils de communication pour faire la [promotion des haltes-allaitement](#)



Un premier [plan de communication](#) réalisé

FACEBOOK

4 240

abonnés



Groupe FACEBOOK Entre mairaines

170

membres



INFOLETTRES AUX MARRAINES

★ 13

(taux d'ouverture moyen : 70 %)



INFOLETTRES AUX PARTENAIRES

★ 2

(taux d'ouverture moyen : 40 %)



**Vie associative
dans notre galaxie**

Notre équinoxe :

l'assemblée générale annuelle

En juin 2019, nous avons organisé l'assemblée générale de Nourri-Source Montréal. Des gardiennes et une compagnie d'animation avaient été engagées, et un souper était offert aux 17 membres présentes lors de cette soirée. Soulignons la réélection, après un mandat de deux ans qui se terminait, de mesdames Véronique Lieutaud (devenue présidente du conseil d'administration) et Cindy Pétrieux (qui nous a malheureusement quittés en cours d'année).



Les rencontres des Jedis : Les comités du conseil d'administration

Les rencontres régulières

Cette année encore, Nourri-Source Montréal a pu s'appuyer sur un conseil d'administration engagé et déterminé à s'investir pour assurer sa pérennité. Le rapport annuel des activités et le rapport financier annuel (mission d'examen), entre autres, illustrent la volonté du conseil de s'assurer que l'ensemble des actions de l'organisme soit conforme à sa mission et à ses priorités d'action. À l'extérieur des comités mis en place par le conseil d'administration, les administratrices et les administrateurs de Nourri-Source Montréal se sont rencontrés à huit reprises au cours de l'année 2019-2020, afin de faire avancer nos multiples dossiers et de réfléchir sur les enjeux importants de l'organisme.

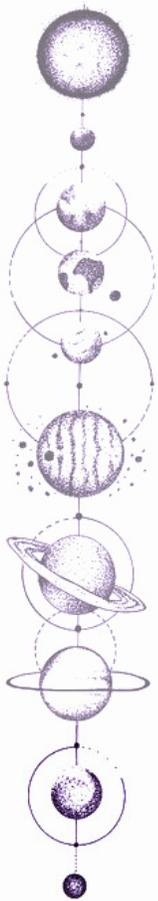
Les comités

Trois comités ont été créés cette année. Tout d'abord, le comité ressources humaines qui a travaillé pour finaliser et faire adopter une toute nouvelle grille salariale ainsi qu'une mise à jour du guide des employées. L'objectif était d'offrir des conditions de travail permettant d'améliorer la rétention des employées à Nourri-Source Montréal.

De plus, un comité consacré à la formation des marraines a été créé. Celui-ci a notamment fait l'analyse du sondage réalisé auprès de 80 marraines et portant sur leurs motivations. Les membres ont aussi appuyé la direction dans la consultation des marraines portant sur la motivation et qui s'est déroulée le 2 mai dernier.

Ensuite, le comité règlements généraux a été créé. Cependant, en raison d'une année tumultueuse pour l'organisme et pour les membres du conseil d'administration, le comité n'est pas parvenu à modifier les règlements généraux. Ce n'est que partie remise!

Finalement, deux comités d'urgence ont été créés durant l'année afin d'appuyer la directrice : lorsque nous avons eu – durant plus de deux mois – de la moisissure dans nos locaux et que nous avons finalement dû déménager; et au début de la pandémie pour s'assurer que l'organisme demeure agile et arrive à adapter ses services à la nouvelle réalité de confinement.



Le défi allaitement

Le 5 octobre 2019, en collaboration avec les marraines d'allaitement du secteur des Faubourgs, nous avons organisé un défi allaitement pour souligner en grand la Semaine mondiale de l'allaitement qui avait pour thème « Autonomiser les parents – Faciliter l'allaitement maternel ». Cet événement s'est déroulé en après-midi dans le parc des Faubourgs. Plus d'une vingtaine de familles étaient présentes, et plusieurs partenaires et élus étaient au rendez-vous. Par ailleurs, madame Manon Massé de Québec solidaire nous a honorés de sa présence en faisant un discours d'ouverture pour rappeler aux participantes et aux participants l'importance de l'allaitement pour les mères et les enfants d'aujourd'hui. Soulignons la contribution de la Ville de Montréal et de la Maison de naissance Jeanne-Mance, car sans leur appui sur les plans logistique, matériel et financier, cet événement n'aurait pas pu avoir lieu.



Semaine de l'action bénévole

Lors de la Semaine de l'action bénévole, où l'on célèbre et reconnaît l'implication des bénévoles, nous avons organisé un tirage au sort; les membres couraient la chance pour gagner une escapade gourmande au Domaine du Ridge.

Le brunch de Noël

Pour souligner l'engagement des marraines et célébrer le temps des fêtes, nous avons convié les membres et leur famille à un brunch de Noël. Ce sont 74 personnes qui étaient présentes à la Maisonnette des parents, et les enfants ont eu la chance d'assister à une animation sur les contes de Noël et d'être maquillés. Un réel succès !



Le renouvellement de l'adhésion

Tout comme l'an dernier, nous avons procédé cette année au renouvellement de nos critères d'adhésion des membres. Ainsi, le bottin des membres contient les coordonnées à jour de marraines d'allaitement et des membres amis de l'organisme. De plus, nous avons travaillé fort afin de faciliter le renouvellement pour les marraines, et de cumuler des informations et des données précieuses notamment sur les raisons des démissions des marraines n'ayant pas renouvelé leur adhésion.

The background is a dark blue, textured surface, possibly representing a night sky or a deep sea. A bright white streak, resembling a comet or a meteor, cuts across the middle of the frame. The right edge of the image is a white, irregular border, suggesting a torn piece of paper or a page from a book.

Implication dans la communauté

Nourri-Source Montréal est un organisme qui travaille en concertation.

Nourri-Source Montréal est membre de plusieurs organisations :

- Accès Bénévolat;
- Bénévole d'affaires;
- Centre d'action bénévole de Montréal (CABM);
- Comité régional en allaitement maternel (CRAM);
- Fédération Nourri-Source (FNS);
- Ligue La Leche Québec;
- Mouvement allaitement Québec (MAQ);
- Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal (RIOCM);
- Regroupement Naissance-Renaissance (RNR);
- Table de concertation 0-5 ans Horizon.

Instances de concertation locales auxquelles Nourri-Source Montréal participe :

- Table de concertation en petite enfance de Rosemont (TCPER);
- Table famille de Côte-des-Neiges;
- Table de quartier d'Hochelaga-Maisonneuve;
- Vivre Saint-Michel en santé;
- Table des groupes de femmes de Montréal;
- Regroupement des organismes communautaires famille de Montréal (ROCFM).



Table de concertation en
Petite enfance
de Rosemont



Corporation
de développement
communautaire de
Côte-des-Neiges



LTQ
HM

La Table de quartier
Hochelaga-Maisonneuve



Fracas Montréal

Dans le cadre de la campagne Engagez-vous, les organismes de l'action communautaire autonome ont participé à une manifestation pacifique qui s'est déroulée dans les rue de Montréal. Cette manifestation avait pour thème Libérez le trésor. C'est avec beaucoup de plaisir que l'équipe de Nourri-Source Montréal a pris part à cette manifestation «Le FRACA présente : mission possible! Ce 23 octobre, on libère le Trésor!»





FÉDÉRATION
Nourri-Source

Fédération de Nourri-Source

L'équipe de Nourri-Source Montréal a participé à la rencontre interrégionale, qui regroupe toutes les organisations régionales de Nourri-Source. De plus, plusieurs rencontres ont été organisées cette année afin de revoir le *Petit Nourri-Source* en préparation de la prochaine édition.

CRAM (Comité régional en allaitement maternel)

Le CRAM est une table de concertation qui a pour objectif de coordonner les efforts des acteurs de Montréal impliqués dans la promotion, le soutien et la protection de l'allaitement. Nourri-Source Montréal a assisté aux quatre rencontres tenues par le CRAM dans la dernière année.

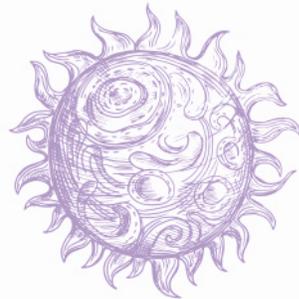


Journée annuelle des professionnelles en allaitement organisée par la Direction régionale de santé publique de Montréal le 30 septembre 2020

Les coups de coeur des secteurs

Secteur du Plateau

Le secteur du Plateau-Mont-Royal tient à souligner l'excellente relation avec les CLSC du Plateau-Mont-Royal, du Mile-End et des Faubourgs. Les infirmières sont très présentes et soutiennent grandement les mairaines et les projets; c'est vraiment une belle collaboration. Le fait qu'il y ait eu une infirmière présente à toutes les haltes-allaitement virtuelles jusqu'à présent – qui implique activement les mairaines d'allaitement de Nourri-Source Montréal – est représentatif de la richesse des échanges et de l'importance qu'elles accordent à l'allaitement. Elles prennent le temps de nous faire de la formation continue (ex. : allaitement et cannabis, allaitement et sommeil), de répondre à nos questions, de diriger de nouvelles mairaines vers notre organisme, de s'assurer d'avoir une infirmière remplaçante pour les longs congés de maladie (ex. : pendant trois mois, nous avons eu Eva à nos côtés à la place de Marjolaine), etc. Bref, c'est très dynamique et agréable de coopérer avec ce secteur.



Secteur de Verdun – Ville-Émard

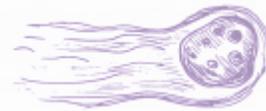
Les mairaines de Verdun – Ville-Émard ont participé au marché de Noël de leur quartier. L'objectif? Faire connaître leurs services, tels que le jumelage téléphonique et la halte-allaitement. Elles ont également profité de l'occasion pour faire tirer deux paniers-cadeaux.





Secteur Nord-de-l'île

Dans le secteur NDI – tout fraîchement créé à l'automne 2019 –, nous voulions nous présenter à la communauté lors de la Semaine mondiale de l'allaitement maternel, qui avait lieu au début du mois d'octobre. Nous avons donc organisé – en moins d'un mois! – une halte-allaitement au Centre des loisirs de Saint-Laurent. Nous avons ainsi pu aider quelques mamans du secteur, créer de nouveaux jumelages et jaser entre mairaines de notre vision pour le futur de notre secteur en développement.



Secteur Pointe-de-l'île

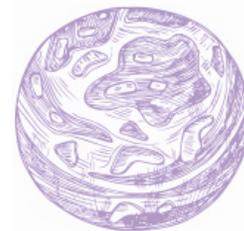


Photos du défi allaitement.

Secteur Ouest-de-l'île

Cette année, notre secteur a été très actif! Voici un résumé de nos accomplissements réalisés en 2019-2020.

Tout d'abord, nous avons établi un partenariat particulier avec l'une des villes non liées se situant dans notre secteur, soit la Ville de Beaconsfield. Grâce à ce partenariat, la Ville a ajouté tous ses bâtiments municipaux sur notre Route du lait, soit la bibliothèque, la mairie, le centre sportif (comprenant l'arène, la piscine et le gymnase) ainsi que l'édifice Centennial.



Ce partenariat nous a également permis d'obtenir une entente pour la tenue de deux à trois ateliers par année dans le cadre de leurs matinées pour mamans – qui ont lieu dans une salle de la bibliothèque municipale –, ainsi qu'une entente pour la tenue de cafés-rencontres trimestriels plus informels où des mairaines répondent aux questions variées des mamans. Cela peut ressembler aux haltes que nous organisons déjà, mais Beaconsfield étant une ville non liée, les mères ont plus tendance à participer aux activités qui se déroulent dans leur ville – qui sont déjà bien développées, reconnues et utilisées –, plutôt que d'aller à la halte-allaitement dans la ville voisine. Ainsi, ce nouveau partenariat a permis d'entrer en contact avec les nouvelles mères de cette ville que nous n'aurions pu joindre autrement.

Nous avons également une confirmation verbale pour un partenariat similaire avec l'arrondissement de Pierrefonds-Roxboro, mais rien n'a encore été signé en raison de la pandémie. Toutefois, si tout se passe bien en ce qui concerne la situation actuelle, nous envisageons une signature d'ici la fin de l'année 2020.



Ensuite, nous avons recruté et formé six nouvelles mairaines bilingues, et nous sommes en voie d'en former au moins trois autres d'ici l'été (et possiblement quatre ou cinq!).

En ce qui concerne notre collecte de fonds 2019 (emballage au Canadian Tire de Kirkland avec l'aide des élèves du programme international de l'École secondaire des Sources), nous sommes heureuses d'annoncer que nous avons amassé 1740,80 \$! Ce montant devait servir à offrir de la formation continue aux mairaines, ainsi qu'à stimuler l'appartenance et la rétention des mairaines à notre groupe. Toutefois, en raison de la pandémie, aucune dépense n'a encore été engagée en ce sens.



Finalement, nous sommes très fières de la vitesse à laquelle notre secteur a su réagir au tout début de la pandémie. Nous avons rapidement fourni des informations justes et rassurantes sur notre page Facebook concernant l'allaitement et la COVID-19. Nous avons également été proactives lors de l'annonce de la « fermeture du Québec » : d'abord, en fournissant à nos mairaines des informations pertinentes et utiles afin de mieux soutenir leurs filleules; ensuite, en coordonnant nos actions avec celles de nos deux CLSC partenaires en lien avec la situation exceptionnelle afin de rapidement mettre sur pied notre halte-allaitement virtuelle, bilingue et hebdomadaire dans le but de continuer de soutenir nos filleules le mieux possible malgré la situation. D'ailleurs, nous tenons à remercier Aurélie Doyen pour son grand soutien dans l'organisation et la gestion de la plateforme virtuelle liée à cette halte!

« J'ai bien aimé mon bénévolat au sein de votre organisation si chaleureuse et bénéfique qui fait que du bien aux mères qui ont un besoin de soutien pour allaiter, pour se sentir compétentes. J'ai réussi d'ailleurs grâce à vous à allaiter mon bébé et c'est ce qui m'a encouragée à me joindre à vous. Merci de m'avoir donné la possibilité d'aider les autres et de me sentir utile.»

Myriam Lamehi, Secteur Côte-des-Neiges / Parc-Extension

A night landscape featuring a dark blue sky with a vibrant aurora borealis in shades of teal and green. Below the sky is a calm body of water reflecting the light, with dark silhouettes of land and mountains in the distance. The overall mood is serene and hopeful.

Situation financière : un horizon prometteur

Financement 2019-2020 et perspectives pour 2020-2021

Globalement, en 2019-2020, le soutien financier de Nourri-Source Montréal est en augmentation par rapport à l'année précédente; plusieurs ententes qui s'inscriront dans le temps ont été signées, ce qui devrait assurer une relative stabilité à Nourri-Source Montréal dans les prochaines années.

Politique de l'enfant de la Ville de Montréal

L'année 2019-2020 a été marquée par une augmentation de 15 % du financement que nous recevions dans le cadre de la Politique de l'enfant, passant de 72 400 \$ à 86 500 \$ pour l'année 2019-2020. De plus, pour la toute première fois, Nourri-Source Montréal a conclu une entente sur deux ans avec la Ville de Montréal, assurant ainsi un financement à la hauteur de 86 500 \$ pour l'année 2019-2020.



173 000 \$ sur deux ans pour le développement des services de Nourri-Source Montréal.



Table de concertation en
Petite enfance
de Rosemont

Le financement local, une piste intéressante

Il y a trois ans, Nourri-Source Montréal souhaitait s'investir davantage sur les tables de concertation locales des différents quartiers montréalais, et ce, afin de mieux ancrer ses actions au sein des territoires locaux, de développer son réseau de partenaires locaux et d'assurer son financement. Au début de cette initiative, nous avions plusieurs craintes puisque l'implication au sein des tables de concertation demande énormément de temps. Cependant, nous constatons que cela a porté fruit : elle permet maintenant de financer la création de trois haltes-allaitement dans des quartiers où il y avait des trous de service en allaitement. Les ententes signées sont pluriannuelles et représentent environ 35 000 \$ de revenus annuels pour Nourri-Source Montréal.



Direction de santé publique

35 000 \$ provenant des tables de concertation pour des projets locaux.

Le Programme de soutien aux organismes communautaires

Nourri-Source Montréal a reçu une somme de 16 000 \$ du ministère de la Santé et des Services sociaux. Ce financement servant à soutenir Nourri-Source Montréal dans sa mission est récurrent et s'ajoute au 79 000 \$ que Nourri-Source Montréal recevait déjà chaque année. Nourri-Source Montréal pourra donc compter sur un montant annuel récurrent de **95 000 \$** pour la réalisation de sa mission.



16 000 \$ supplémentaires pour soutenir Nourri-Source Montréal dans sa mission.



Ministère de la famille

À l'automne 2018, nous avons déposé un projet portant sur la coparentalité, la paternité et l'allaitement auprès du ministère de la Famille. Cette demande répondait à un appel de projets dans le cadre du Programme de soutien financier aux activités favorisant l'exercice de la coparentalité. Ce projet, conçu en partenariat avec le Regroupement pour la valorisation de la paternité, vise à joindre davantage les pères et à mettre en lumière l'importance de leur soutien. Le projet ayant été retenu par le ministère de la Famille, nous avons bénéficié d'une subvention de 38 616 \$ pour mener à bien ce projet.

38 616 \$ du ministère de la Famille pour un nouveau projet orienté vers les pères.

Emploi Québec

Au courant de l'année 2019-2020, une employée a pu être engagée au poste d'adjointe administrative dans le cadre de la subvention Expérience de travail d'Emploi-Québec. Le montant total reçu d'Emploi-Québec s'élève à 14 800 \$ pour l'année 2019-2020. Soulignons que le poste d'adjointe est maintenant permanent et que nous n'aurons plus recours à des subventions salariales pour assurer le maintien de ce poste.



14 800 \$ d'Emploi-Québec, en subvention salariale, pour l'année 2019-2020.

