



Nourri-  
Source  
LAURENTIDES

# Rapport d'activité 2019-2020

Nourri-Source Laurentides



Séance photo pour le site Internet  
Nourri-Source Laurentides

# Mot de la présidente

Cette année, qui marque les 20 ans de Nourri-Source Laurentides, restera dans nos mémoires. La création d'un colloque en allaitement avec plusieurs professionnels ainsi que la mise en place d'une tonne d'outils pour faciliter le travail des membres et l'accessibilité aux ressources, ne sont que quelques exemples.

Une année riche en changements, en projets et en défis. Nous avons su cette année, avec l'aide extraordinaire de notre nouvelle équipe, à faire évoluer l'organisme à un tout autre niveau. Un organisme professionnel, accessible et en plein essor.

Les projets ne font que commencer et je suis très fière de vous dire que nous avons su relever les défis de cette année particulièrement grâce à l'excellent travail de nos employés, du conseil d'administration, mais également de nos membres, qui ont su s'ajuster aux nouvelles procédures et façons de faire avec positivisme et confiance.

Merci de votre temps, de vos idées et de votre implication. Ça prendra bien plus qu'une pandémie pour miner la motivation de notre bel et grand organisme.



Florence Benjamin-Présidente

# Mot de l'équipe

L'équipe Nourri-Source Laurentides a vécu une année remplie de nouveautés et de défis qui ont su nous faire grandir et développer un esprit d'équipe du tonnerre. Nous avons su questionner les fonctionnements, créer des partenariats enrichissants, développer des balises et mettre en place des procédures pour permettre aux bénévoles de continuer d'aider les familles des Laurentides qui ont choisi l'allaitement maternel.

Merci au conseil d'administration d'avoir travaillé en collaboration avec l'équipe tout au long de l'année.

Nous préparons un vingtième anniversaire mémorable.



**Alexia Thibault**  
Coordonnatrice



**Sarah Chollet**  
Agente développement

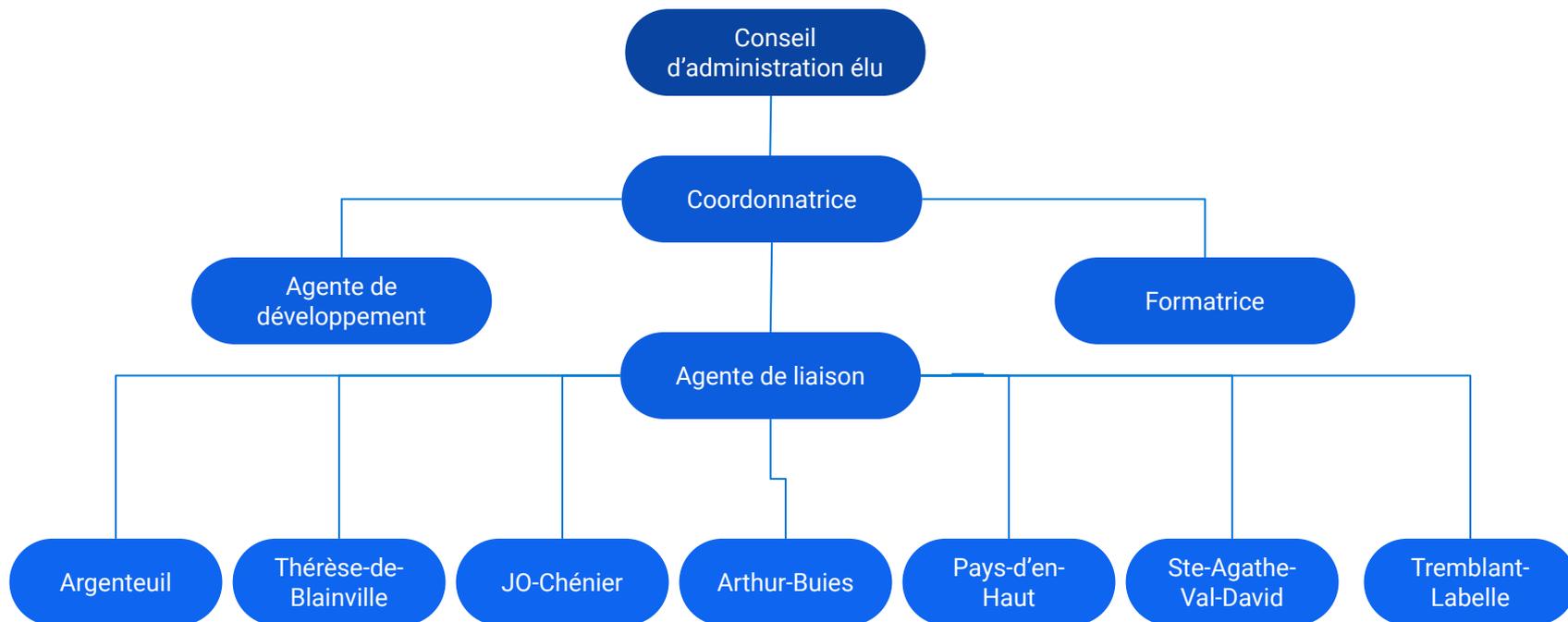


**Jessie Blier**  
Agente liaison

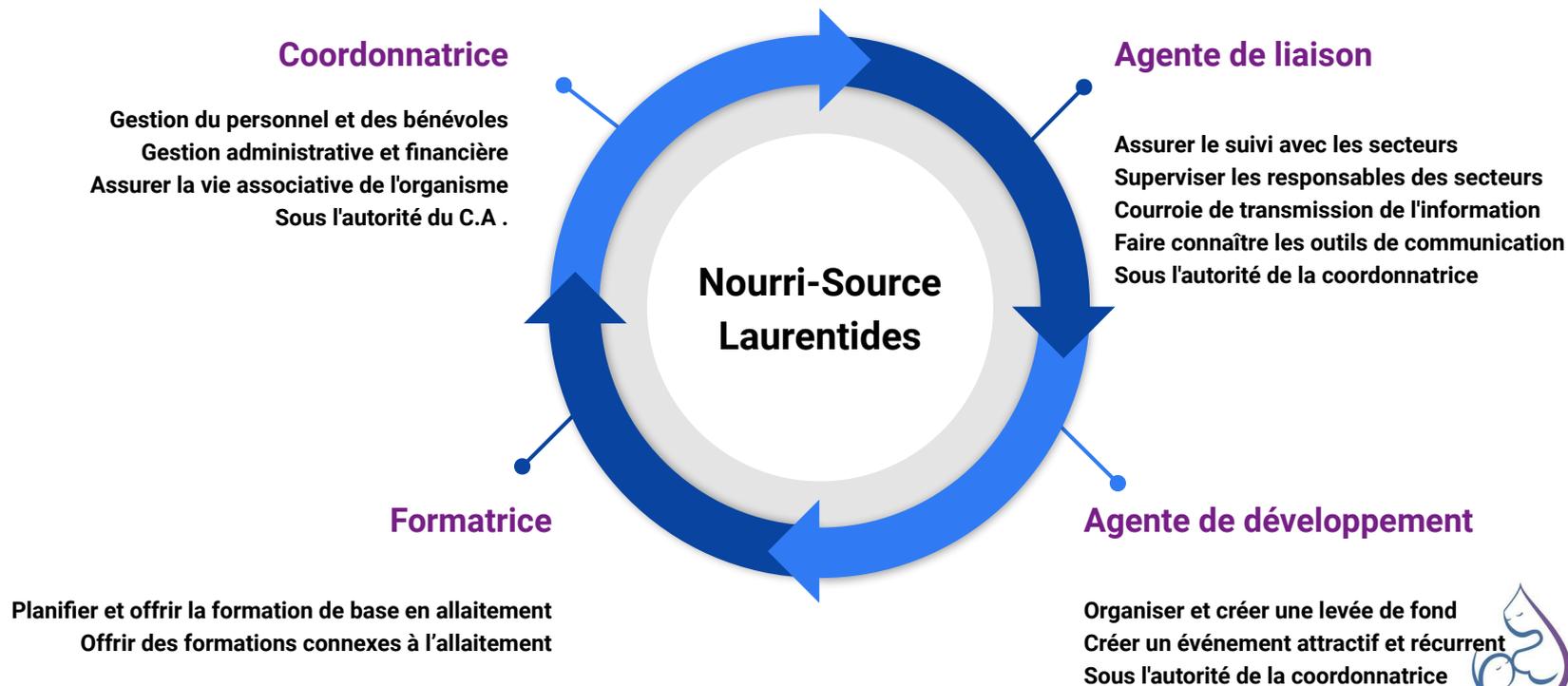


**Jade Bourgon**  
Formatrice

# Organigramme 2019-2020



# Rôle et tâches des employés



# Historique

1

## Les difficultés d'allaitement

Suite à des difficultés d'allaitement que Liette Bernier, infirmière, s'aperçoit du manque de soutien aux femmes allaitantes.

2

## L'association des femmes allaitantes

Elle fonde cette association dont la mission est de soutenir les femmes ayant choisi d'allaiter.

3

## Déploiement

Un déploiement s'élargit en dehors de Montréal. Les régionales Laurentides, Laval, Montérégie, Saguenay et Lanaudière et la Fédération sont créés.

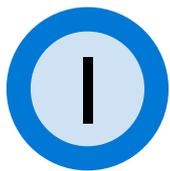
4

## Les régionales

Elle fonde cette association dont la mission est de soutenir les femmes ayant choisi d'allaiter.

Nous avons maintenant: des employés, des membres du CA et des bénévoles.

# Notre mission



## MISSION 1

Offrir écoute, soutien et conseil aux familles qui vivent ou désirent vivre l'allaitement maternel dans la population des Laurentides afin d'en faire une expérience positive.

Notre aide s'effectue sur l'ensemble du territoire des Laurentides et couvre plus d'un territoire du CISSS des Laurentides



## MISSION 2

Offrir à ses membres et aux professionnelles de la santé de la formation, des sessions d'informations et des conférences au sujet de l'allaitement maternel.

Nos bureaux sont situés au 515, rue Saint-Georges à St-Jérôme (Qc) J7Z 5B6.



# L'organisme

112



Séance photo du site Internet Nourri-Source Laurentides.

Nourri Source Laurentides est le principal organisme à but non lucratif de référence en matière d'allaitement dans les Laurentides.

Fondé en 2000, il est composé de 112 parents bénévoles formés et expérimentés, soit

- 11 membres collaborateurs;
- 2 pères bénévoles;
- 4 membres formateurs;
- 95 mairaines d'allaitement.

Les membres proviennent des 7 territoires de Nourri-Source Laurentides.

# Le détail des villes desservies

65

## ■ J.-O.-Chénier

*(Saint-Augustin, Saint-Eustache, Deux-Montagnes, Sainte-Marthe-sur-le-Lac, Pointe-Calumet, Oka, Saint-Joseph-du-Lac, Saint-Placide, Saint-Benoît, Sainte-Scholastique, Saint-Hermas)*

## ■ Thérèse-de-Blainville

*(Lorraine, Blainville, Boisbriand, Rosemère, Sainte-Thérèse, Sainte-Anne-des-Plaines, Bois-des-Filion)*

## ■ Arthur-Buies

*(Saint-Canut, Saint-Janvier, Sainte-Monique, Saint-Antoine, Saint-Jérôme, Saint-Hippolyte, Sainte-Sophie, Saint-Colomban, Lafontaine, Bellefeuille, Prévost)*

## ■ Argenteuil

*(Brownsburg-Chatham, Gore, Wentworth, Grenville, Lachute, Harrington, Mille-Isles, Saint-André-d'Argenteuil, Wentworth)*

## ■ Pays-d'en-Haut

*(Lac-des-Seize-Îles, Morin-Heights, Piedmont, Saint-Adolphe-d'Howard, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs, Sainte-Marguerite-de l'Estérel, Saint-Sauveur, Wentworth Nord)*

## ■ Sainte-Agathe/Val-David

*(Arundel, Barkmere, Huberdeau, Sainte-Agathe-des-Monts, Sainte-Lucie-des-Laurentides, Val-David, Val-Morin)*

## ■ Mont-Tremblant/Labelle

*(Amherst, Brébeuf, Labelle, La Conception, Lac Supérieur, La Minerve, Lantier, Montcalm, Mont-Tremblant, Saint-Faustin-Lac-Carré, Val-des-Lacs)*

# Nourri-Source Laurentides c'est...

8



Maman au Défi-allaitement  
régional 2019

- ... une approche vraie, transparente et sans jugement à l'égard des capacités de sa clientèle;
- ... une pratique qui se veut ouverte et accueillante afin que les familles se sentent comprises et écoutées;
- ... des activités (haltes, ateliers pratiques, jumelages) qui permettent aux familles d'échanger entre-elles;
- ... des formations pour les parents afin de développer leur connaissance et leur confiance en eux;
- ... des conférences / formations pour les bénévoles et les partenaires en allaitement;
- ... des comités de consultation qui valorise l'implication des bénévoles;
- ... une participation volontaire: de l'écoute et du soutien face au vécu de la famille allaitante;
- ... 1 conseil d'administration, 3 employés et 1 formatrice qui planifie, coordonne et exécute les projets.

# Philosophie commune du réseau

## 4

Les membres du réseau Nourri-Source se sont donné des valeurs et des principes communs sur lesquels reposent nos actions. Chacun des membres du réseau – bénévoles, membres de conseil d'administration et employés – s'engage à agir dans le respect de cette philosophie commune. Voici les grandes directions:

**Respect:** Accueillir et accompagner les femmes et leurs familles dans le respect de leurs choix et leur rythme

**Ouverture:** Faire preuve d'ouverture, de souplesse et d'empathie dans toute intervention, afin de favoriser une prise de décision éclairée et sans jugement

**Entraide:** S'engager à favoriser la création de liens de solidarité et d'appartenance à une communauté ; Promouvoir l'entraide, le partage et l'esprit de collaboration entre tous les membres du réseau.

**Épanouissement:** Renforcer le pouvoir d'agir des femmes face à leur allaitement afin d'en faire une expérience épanouissante

# Les membres du conseil d'administration 2019-2020

Les membres du conseil d'administration 2019-2020 ont sù guider, épauler et soutenir la coordination et les agentes de liaison et développement dans la croissance de l'organisme. Ils ont aussi soutenu la réorganisation des services en tant de pandémie et permis aux mères du Québec d'avoir accès aux services de Nourri-Source Laurentides. Il rencontre ont eu lieu et 149 heures de bénévolat dans le cadre de leur mandat pour le conseil.



Florence Benjamin  
Présidente



Josée Fournier  
Vice-Présidente



Bruno Pépin  
Trésorier



Sandrine Rickert  
Secrétaire



Marie-Pier  
Désormeaux  
Administratrice

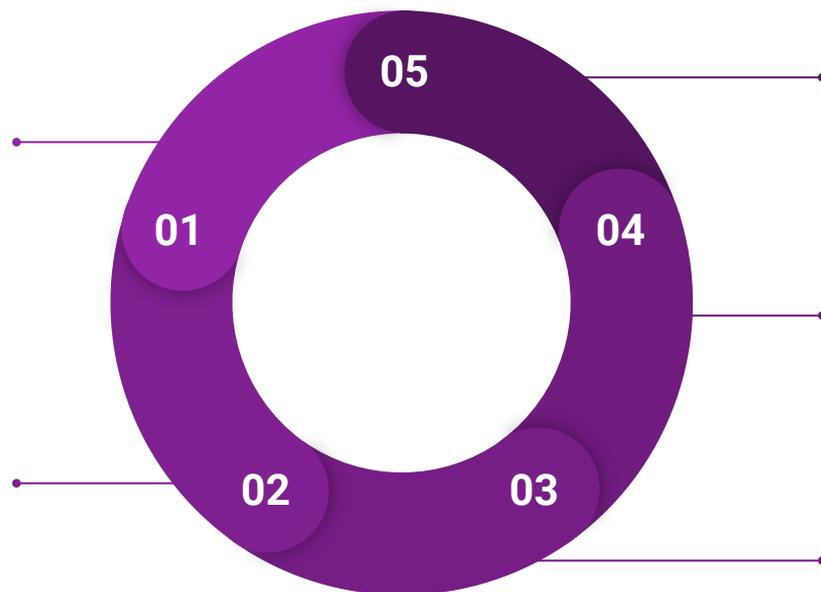
# Les grandes décisions du CA

## Ressources humaines

- Maintenir les poste de coordonnatrice et agente de liaison
- Engager l'agente de développement
- Organisation du drive pour les employés et bénévoles

## Services

- Adapter les services en temps de crise
- Développer la programmation de formations mamans, marraines et partenaires
- Soutenir les mères avec plus de services sur le territoires (nouvelles haltes-allaitements)



## Gestion organisationnelle

- Politique de bénévolat
- Politique de formations
- Politique de traitement de plaintes et financière
- Location d'un local selon nos besoins

## Finance

- Rapatrier les finances à la régionale
- Demande de financement PSOC et autres financement

## Marketing et visibilité

- Site internet et la route du lait
- Zone allaitement
- Capsule des services
- Nouveaux partenaires

# Les statistiques des secteurs

- 50 haltes-allaitement
- 16 ateliers prénataux
- 145 jumelages téléphoniques
- 238 heures de soutien en allaitement
- 665 personnes qui ont eu recours aux services
- 41 bébés allaités au défi-allaitement

Thérèse-de-Blainville  
**21 Bénévoles**

- 98 haltes-allaitement
- 6 ateliers prénataux
- 153 jumelages téléphoniques
- 229,50 heures de soutien en allaitement
- 1728 personnes qui ont eu recours aux services
- 23 bébés allaités au défi-allaitement

JO-Chénier  
**19 Bénévoles**

- 27 haltes-allaitement
- 22 jumelages téléphoniques
- 54 heures de soutien en allaitement
- 366 personnes qui ont eu recours aux services

Argenteuil  
**12 Bénévoles**

# Les statistiques des secteurs (suite)

- 90 haltes-allaitement
- 10 ateliers prénataux
- 211 jumelages téléphoniques
- 322 heures de soutien en allaitement
- 1550 personnes qui ont eu recours aux services
- 14 bébés allaités au défi-allaitement

Arthur-Buies  
**28 Bénévoles**

- 46 haltes-allaitement
- 7 ateliers prénataux
- 76 jumelages téléphoniques
- 52 heures de soutien en allaitement
- 376 personnes qui ont eu recours aux services
- 10 bébés allaités au défi-allaitement

Pays-d'en-Haut  
**10 Bénévoles**

- 7 haltes-allaitement
- 4 ateliers prénataux
- 11 jumelages téléphoniques
- 8,5 heures de soutien en allaitement
- 28 personnes qui ont eu recours aux services

Ste-Agathe-Val-David  
**4 Bénévoles**

- 24 haltes-allaitement
- 9 ateliers prénataux
- 56 jumelages téléphoniques
- 157,5 heures de soutien en allaitement
- 410 personnes qui ont eu recours aux services
- 10 bébés allaités au défi-allaitement

Tremblant-Labelle  
**14 Bénévoles**

# Les réalisations des secteurs en photos



# L'année 2019-2020 en bref

21 heures  
de  
rencontre  
d'équipe

1957 heures  
en soutien  
direct lors des  
haltes-  
allaitement

5594  
personnes  
qui ont  
utilisés les  
services

6811,50  
heures  
d'implication  
des  
bénévoles

8  
nouveaux  
partenaires

4 tables de  
concertation

Collaboration  
avec le  
CISSS dans  
les comités  
IAB locaux et  
régionaux

18 heures  
de comité

Création d'un  
nouvel emploi:  
l'agente de  
développement

4  
nouvelles  
politiques

1851 heures  
de soutien  
téléphonique

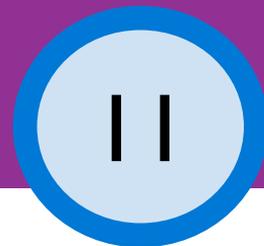
138,45  
heures de  
formation

112 bébés  
allaités au  
défi  
allaitement

479  
personnes qui  
ont assistés  
aux activités



# Nos objectifs



L'organisme avait 11 objectifs annuel sous 4 grands axes. Voici les actions posées cette année.

## Axe 1: Soutenir la population et le service à la clientèle

Objectif 1: Visibilité: Se faire connaître de la population et des professionnels de la santé des Laurentides

Objectif 2: Offrir une expérience client positive / relation avec la clientèle

Objectif 3: Maintenir et développer des partenariats

## Axe 2: Consolider les ressources humaines

Objectif 1: Recruter des bénévoles compétents et allumés

Objectif 2: Offrir des formations professionnelles aux membres

Objectif 3: Stimuler l'implication des bénévoles

## Axe 3: Consolider et accroître le financement

Objectif 1: Consolider et bonifier le budget et le financement

## Axe 4: Accroître l'efficacité organisationnelle

Objectif 1: Miser et maintenir l'engagement du C.A

Objectif 2: Optimiser le mode de fonctionnement et les façons de faire

Objectif 3: Moderniser l'image et la vision de NSL à travers le réseau

# Plan d'action annuel-En bref

01

Soutenir la population

- Programmation de formations maman, papa, marraines et partenaires
- Développer des outils pour les mères allaitantes: Boite de la maman qui allaite, page Internet des Trésors pour mamans
- Affiches informatives sur l'allaitement
- Ateliers prénataux en allaitement

02

Consolider les ressources humaines

- Maintenir les postes de coordonnatrice, agente de liaison et agente de développement
- Engager une adjointe administrative
- Évaluer le personnel chaque année

03

Consolider et accroître le financement

- Obtenir du financement pour les formations de base à distance
- Obtenir du financement pour la clinique communautaire
- Faire une levée de fond (2ème édition)

04

Accroître l'efficience organisationnelle

- Créer un espace de consultation des documents pour les employés et pour les marraines
- Planifier l'année sur un logiciel de planification: ASANA
- Développer l'implication et la participation des bénévoles à la mission et aux activités avec les comités de travail

# Prévisions budgétaires

Nourri-Source Laurentides  
2020-2021  
Au 01 Avril 2020

	Réal			Prévisions budgétaire 2020-2021					
	Résultat cumulatif Laurentides 2019	Prévisions révisées 2019-2020	Écart en solde	Scénario 1 Statut quo	% des résultats attendus	Scénario 2 Reconstruction du rehaussement	% des résultats attendus	Scénario 3 Suggestion ROCL	% des résultats attendus
<b>BUDGET DE FONCTIONNEMENT 2019-2020</b>									
<b>Produits</b>									
Subvention PSOC	#VALUE!	132 875 \$	0%	86 399 \$	63%	136 211 \$	70%	368 238 \$	86%
Montant de base				88 634 \$		88 634 \$		88 634 \$	
Rehaussement						47 578 \$		141 518 \$	
Rehaussement par secteur (7 secteurs - 1 Regionale)								138 087 \$	
Subvention - Projets	#VALUE!	14 600 \$	0%	35 000 \$	25%	35 000 \$	18%	35 000 \$	8%
Levée de fonds-commandites	0 \$	0 \$	0%	0 \$	0%	8 000 \$	4%	8 000 \$	2%
Centraide						8 000 \$		8 000 \$	
Dons	#VALUE!	100 \$	0%	0 \$	0%	0 \$	0%	0 \$	0%
Revenu Colloque	0 \$	0 \$	0%	13 500 \$	10%	13 500 \$	7%	13 500 \$	3%
Vente d'articles promotionnels	0 \$	0 \$	0%	2 880 \$	2%	2 880 \$	1%	2 880 \$	1%
Vente Nature Bond (288 * 10\$/ch)				2 880 \$		2 880 \$		2 880 \$	
Frais d'administration Projet VIP + AUTRES	#VALUE!	1 445 \$	0%	0 \$	0%	0 \$	0%	0 \$	0%
<b>Total des produits</b>	<b>#VALUE!</b>	<b>149 020 \$</b>	<b>17%</b>	<b>137 779 \$</b>	<b>100%</b>	<b>195 591 \$</b>	<b>100%</b>	<b>427 618 \$</b>	<b>100%</b>

Charges							
Salaire net	#VALUE!	13 900 \$	0%	41 600,00 \$	43 264,00 \$	158 064,00 \$	37%
Agent de liaison						24 864,00 \$	
Agent de développement						34 944,00 \$	
Coordonatrice				41 600,00 \$	43 264,00 \$	44 928,00 \$	
Adjointe administrative						23 760,00 \$	
Chargée de projet						29 568,00 \$	
Charge (D.A.S)	#VALUE!	1 700 \$	0%	4 095,28 \$	4 267,08 \$	45 067,08 \$	11%
Dédutions à la charges				4 095,28 \$	4 267,08 \$	13 454,28 \$	
Avantages sociaux						31 612,80 \$	
Honoraire contractuelle	#VALUE!	54 000 \$	0%	58 479,62 \$	83 997,92 \$	0,00 \$	0%
Agent de liaison				26 697,72 \$	26 697,72 \$		
Agent de développement				31 781,90 \$	31 781,90 \$		
Adjointe administrative						25 512,30 \$	
Honoraires - Création de contenu multimédia	0 \$	10 284 \$	-100%	37 500,00 \$	75 000,00 \$	75 000,00 \$	18%
5 Module de formations +10% Narration				37 500,00 \$			
10 Module de formation + 10 % Narration					75 000,00 \$	75 000,00 \$	
Formations et perfectionnement	#VALUE!	4 066 \$	0%	6 200,00 \$	6 200,00 \$	8 200,00 \$	2%
Formations des employés				2 000,00 \$	2 000,00 \$	4 000,00 \$	
Formation de base aux mairaines				4 200,00 \$	4 200,00 \$	4 200,00 \$	
Frais de repas et représentation	#VALUE!	4 248 \$	0%	4 000,00 \$	4 000,00 \$	4 000,00 \$	1%
Frais pour AGA				3 000,00 \$	3 000,00 \$	3 000,00 \$	
Rencontre des responsables				500,00 \$	500,00 \$	500,00 \$	
Repas Conseil d'administration				500,00 \$	500,00 \$	500,00 \$	
Frais pour activités et vie associative	#VALUE!	7 000 \$	0%	7 500,00 \$	7 500,00 \$	7 500,00 \$	2%
Frais pour SMAM				2 500,00 \$	2 500,00 \$	2 500,00 \$	
Activités - Bien être aux membres				5 000,00 \$	5 000,00 \$	5 000,00 \$	
Frais de déplacement	#VALUE!	3 000 \$	0%	3 500,00 \$	3 500,00 \$	4 700,00 \$	1%
Frais de déplacement des employés (100\$/mois * ETP)				2 400,00 \$	2 400,00 \$	3 600,00 \$	
Frais de déplacement - Membres du CA				1 100,00 \$	1 100,00 \$	1 100,00 \$	
Honoraire professionnel	#VALUE!	2 750 \$	0%	3 500,00 \$	3 500,00 \$	3 500,00 \$	1%
Frais de secteur	#VALUE!	4 000 \$	0%	4 100,00 \$	4 100,00 \$	4 100,00 \$	1%
JO Chenier				900,00 \$	900,00 \$	900,00 \$	
Thérèse de Blainville				500,00 \$	500,00 \$	500,00 \$	
Arthur-Buis				700,00 \$	700,00 \$	700,00 \$	
Pays-D'en-Haut				500,00 \$	500,00 \$	500,00 \$	
Argentueil				500,00 \$	500,00 \$	500,00 \$	
Tremblant-Labelle				500,00 \$	500,00 \$	500,00 \$	
St-Agathe/Val David				500,00 \$	500,00 \$	500,00 \$	
Publicité, promotion, sensibilisation	#VALUE!	15 000 \$	0%	4 750,00 \$	5 000,00 \$	13 000,00 \$	3%
Publicités				1 000,00 \$	500,00 \$	2 000,00 \$	
Objets promotionnels				4 000,00 \$	4 000,00 \$	10 000,00 \$	
Fiches d'informations				250,00 \$	500,00 \$	1 000,00 \$	
Colloque	0 \$	0 \$	0%	34 900,00 \$	34 900,00 \$	34 900,00 \$	8%
Frais de locations bureau	#VALUE!	3 600 \$	0%	4 800,00 \$	4 800,00 \$	14 400,00 \$	3%
Télécommunication	#VALUE!	1 166 \$	0%	1 700,00 \$	1 700,00 \$	2 100,00 \$	0%
Allocation Internet				1 260,00 \$	1 260,00 \$	1 680,00 \$	
Ligne téléphonique -OOMA				420,00 \$	420,00 \$	420,00 \$	
Achat	#VALUE!	100 \$	0%	100,00 \$	100,00 \$	10 800,00 \$	2%
Petits équipements				100,00 \$	100,00 \$	500,00 \$	
Mobilier						10 000,00 \$	
Fourniture de bureau et frais de courrier	#VALUE!	730 \$	0%	700,00 \$	700,00 \$	2 000,00 \$	0%
Assurances	#VALUE!	386 \$	0%	225,00 \$	225,00 \$	400,00 \$	0%
Frais de gestion et d'administration	#VALUE!	115 \$	0%				0%
Site internet	0 \$	5 000 \$	-100%	800,00 \$	800,00 \$	800,00 \$	0%
Dépenses informatiques	#VALUE!	1 100 \$	0%	1 000,00 \$	1 000,00 \$	10 000,00 \$	2%
Taxes, permis, cotisation	#VALUE!	369 \$	0%	400,00 \$	400,00 \$	400,00 \$	0%
Frais bancaires	#VALUE!	200 \$	0%	50,00 \$	50,00 \$	50,00 \$	0%
Total	#VALUE!	132 333 \$	-15%	219 899,91 \$	284 998,00 \$	398 681,08 \$	100%
Surplus des revenu sur les dépenses		36 304,11 \$	16 686,83 \$	(80 070,81) \$	(100 943,00) \$	114 236,02 \$	

# Prévisions budgétaires (suite)

# Remerciement



Employés et CA  
Défi-allaitement 2019-Mégamaze

Nous tenons à remercier les 112 bénévoles qui ont aidés les familles des Laurentides tout au long de l'année.

Nous tenons à souligner les heures de travail des bénévoles dans le développement et la mise en place des nombreuses activités dans les secteurs.

Nous tenons à féliciter tous les bénévoles qui ont su desservir ces mères pendant la crise de la covid-19.

Nous tenons à applaudir le travail inter-secteur et inter-régionale pour l'entraide.

Nous tenons à vous soutenir l'an prochain dans votre précieux travail avec les familles.

L'équipe Nourri-Source Laurentides



Nourri-  
Source  
LAURENTIDES

# Rédition de compte dans le cadre du soutien à la mission globale:

Programme de soutien aux organismes communautaires



# I - LES SERVICES

# La clientèle rejoint

5594



Défi-allaitement régional 2019

Nourri-Source Laurentides a rejoint 3437 mamans de 18 à 45 ans avec ses services. Par contre, elles ne sont pas les seules. De plus en plus, la famille autour de la mère allaitante demande du soutien par téléphone, utilisent nos services ou participent à nos activités. Voici les autres groupes visées par notre mission:

- Les conjoints de mères allaitantes (412)
- Les enfants de la mère allaitante (1666)
- Les accompagnateurs de la mère allaitante, généralement un autre membre de la famille (28)

51 mères, qui offrent du lait maternisé, ont aussi utilisées nos services principalement pour le soutien entre mères. Nous comptons au total 5594 personnes.

# L'augmentation de la demande

151

Nous avons vécu une augmentation de 151 demandes de jumelages pour différentes raisons. Nous avons:

- Favorisé le référencement en participant aux activités du CISSS et auprès des chefs de service en périnatalité;
- Créé une nouvelle halte-allaitement à St-Colomban;
- Participé davantage aux ateliers prénataux des CLSC;
- Mobilisé les bénévoles du secteur Ste-Agathe-Val-David qui proposaient peu d'activité;
- Créé de nombreux partenaires;
- Été actif sur les réseaux sociaux et autres plateformes web pour favoriser la demande de jumelage en prénatal et postnatal.

Cette grande augmentation de la demande a cependant fatigué nos bénévoles. Nous avons tenté de recruter davantage.



Défi-allaitement régional 2019

# La clientèle professionnelle rejoint

207



L'organisme a aussi présentés trois séances d'information pour parler de l'organisme et de ses services auprès:

- des équipes d'infirmières du CISSS des Laurentides;
- du comité Initiative amis des bébés (IAB) régional;
- du comité IAB local (de l'hôpital Laurentienne).

Nous avons aussi offert deux conférences en allaitement sur le 4ème trimestre pour les partenaires et professionnels de la santé qui a rejoint 64 personnes dont 19 marraines d'allaitement. Au total, 207 professionnels ont été rejoint.

Défi-allaitement régional 2019

# L'augmentation de la demande des professionnels

Les mairaines et professionnelles de la santé ont besoin de plus en plus de formations et de conférences pour s'ajuster à l'augmentation des demandes d'aide pour l'allaitement. Elles doivent aussi aller chercher plus de connaissance pour s'ajuster à différentes problématiques d'allaitement qui sont en augmentation telles que:

- l'utilisation de dispositif à l'allaitement: tire-allaitement, tétterelle, etc.;
- les reflux gastriques oesophagien (RGO);
- les intolérances alimentaires, les allergies à la protéine bovine et les régimes d'éviction à adopter;

Les professionnelles ont, quant à elles, aussi besoin de plus de rafraichissement en raison du changement constant dans leur équipe de travail, mais aussi pour connaître les dernières études en allaitement et périnatalité.



Séance photo pour le site Internet  
Nourri-Source Laurentides

# Accessibilité des services

365

## Services aux familles

- Les services de jumelage téléphonique sont offerts 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 sans arrêt dans l'année.
- Les 12 haltes-allaitement se font du lundi au vendredi sur l'ensemble du territoire des Laurentides. Elles se déroulent tout au long de l'année, soit 52 semaines par année.
- Les ateliers prénataux (3 volets) respectent les besoins des mamans en respect des inscriptions. Le volet allaitement se fait un soir par mois dans chaque CLSC des différents secteurs de Nourri-Source Laurentides.

3 nouvelles haltes-allaitement ont été montées cette année pour répondre à l'augmentation de la demande. La halte de la ville de St-Colomban a accueilli des parents. Par contre, les autres seront reconduit après la pandémie.



# Accessibilité des services (suite)



## Services aux membres et partenaires

- La programmation de formations pour les marraines, les filleules et les partenaires se déroulent 10 mois par année, soit septembre à juin.
- Elle se fait principalement le jour ou la fin de semaine pour les professionnels de la santé et la semaine ou les soirs de semaine pour les formations de base en allaitement et les formation de ressourcement en allaitement.
- Les activités de vie associative ont lieu pendant la période estivale et la période hivernale.

# Outils d'information pour les familles

823

Les familles sont interpellés par la mission avec nos différents outils tels que:

- notre carte et avec un aimant donnée aux mamans aux ateliers prénataux dans le volet allaitement;
- notre carton 4 X 6 avec le détail des services dans la trousse d'hôpital;
- notre guide en allaitement distribué dans 400 paniers du projet Very Important Parent (VIP) des MRC Pays-d'en-Haut et Argenteuil;
- notre site internet;
- la publicité médiatique sur nos réseaux sociaux et sur le forum Nourri-Source;
- sur le site 211 (section Mirabel).

823 outils ont été distribués en 2018- 2019. Les mamans sont référées par les infirmières dans les ateliers prénataux, lors des visites à domiciles après l'accouchement ou par les consultantes en lactation. Les organismes communautaires en périnatalité ou les organismes famille réfèrent aussi les familles allaitantes vers nos services.



# Outils d'information pour les membres et partenaires

Les parents sont interpellés pour devenir bénévoles:

- avec des cartes 4 X6 Devenir marraine déposés dans les Maisons de la famille;
- avec des animations Facebook incluant les avantages de devenir bénévole;
- dans les haltes-allaitement par les marraines;
- sur le site Internet *Je bénévole*.



Tandis que les partenaires sont interpellés:

- avec des présentations dans les 4 tables de concertation;
- par des publications Facebook pour devenir membre formateur;
- par téléphone en cas de partenariat précis.



# Nos consultations aux mamans et mairaines

534

Nourri-Source Laurentides met en place un système de consultation pour les familles et les bénévoles, avec trois formulaires du type Google Form, afin de connaître la qualité des services offerts. En 2019-2020, nous avons:

- consulté les familles laurentiennes ayant fréquenté nos services afin de connaître la qualité des services;
- consulté les mairaines afin de connaître la qualité de travail de l'équipe de gestion des secteurs;
- consulté les familles sur la qualité des événements de l'organisme (défi allaitement, AGA, activité de vie associative, etc);;
- consulté les mamans et les mairaines sur la qualité des formations et conférences offertes.



Au total, 29 questionnaires ont été envoyés et 534 personnes ont répondues, soit 371 mairaines et 163 mamans..

# Nos activités : l'écoute téléphonique

1851

L'Écoute téléphonique entre une marraine (bénévole) et une filleule (maman allaitante) est un soutien individuel. Il permet, avant ou après l'accouchement, d'obtenir une écoute, un soutien, de l'information et des conseils techniques sur l'allaitement maternel de jour, de soir, de nuit, de semaine ou de fin de semaine.

Les marraines peuvent référer des familles aux besoins plus grands à l'infirmière de liaison de leur CLSC pour un suivi médical avec la mère.

Cette année, nous avons eu grande augmentation des demandes, soit 674 jumelages de marraine à une filleule et 1851 heures de soutien téléphonique des bénévoles.



# Nos activités : les haltes-allaitement

342



Les haltes-allaitement sont principalement des activités de socialisation et d'échange où les nouvelles familles peuvent parler avec des intervenants du réseau de la santé, une marraine d'allaitement et surtout, d'autres parents.

Elles permettent aux mamans de sortir de leur isolement et rencontrer d'autres femmes pour parler d'allaitement et de périnatalité. Les haltes se déroulent dans nos sept secteurs.

Cette année, nous avons eu 342 haltes, 4175 personnes ont utilisées le service et les bénévoles ont offerts 2971 d'heures de bénévolat pour ces activités.

# Nos activités : les causeries

201

Plusieurs halte-allaitement offrent des causeries sur différents thèmes liés de près ou de loin à l'allaitement maternel tel que le retour au travail et allaitement, la santé périnéale, le portage; les besoins nutritionnels de bébé, etc.

Ces causeries visent l'acquisition de compétence et connaissance sur l'allaitement et la parentalité. Les causeries sont animés par les marraines d'allaitement et l'infirmière de liaison dans les haltes des CLSC. Les causeries sont planifiées et animées seulement par la marraines d'allaitement dans les autres endroits.

Cette année, nous avons eu 28 causeries et nous avons rejoint 201 personnes.



# Nos activités : les ateliers prénataux

591



Les ateliers prénataux sont des rencontres prénatales données en collaboration avec le CISSS des Laurentides, Ces ateliers, offert gratuitement aux parents, permettant une préparation à l'allaitement maternel.

Les marraines d'allaitement et les pères bénévoles (dans certains secteurs) sont présents une fois par mois pour parler de l'organisme et l'importance de faire une demande de jumelage en prénatal.

Cette année, 591 personnes ont utilisées ce service, une augmentation de 41 personnes en comparaison à l'an passé. Nous avons participé à 52 ateliers sur l'ensemble du territoire.

# La Semaine mondiale de l'allaitement

112



Le 5 octobre 2019, Nourri-Source Laurentides avait son premier défi-allaitement régional, au Mégamaze de St-Jérôme, dans le but de normaliser l'allaitement maternel.

Cet événement, prévu dans la Semaine mondial de l'allaitement maternel du 1er au 7 octobre 2019, a rassemblé 40 personnes.

Une mise au sein a été effectuée à 11h avec 14 mamans. Au total, 6 défis ont été organisés (secteurs et régionales) dans les Laurentides par Nourri-Source Laurentides et 112 mises au sein.

# Reconnaissance : semaine action bénévole

Nourri-Source Laurentides s'est doté d'une nouvelle politique de bénévolat afin de reconnaître le travail des bénévoles tout au long de l'année. Voici le détail des reconnaissances et attentions apportées à nos bénévoles:

- Envoi d'un courriel des vœux de Noël à toutes les bénévoles;
- Envoi d'un courriel d'anniversaire à tous les bénévoles;
- Envoi d'un courriel de remerciements durant la semaine de l'action bénévole;
- Organisation d'une activité hommage aux bénévoles annuellement;
- Organisation d'une ou deux activités de vie associative;
- Offrir un présent aux marraines ayant trois, cinq, sept ou dix ans de bénévolat;
- Rembourser les frais de kilométrage et de gardiennage des bénévoles engendrés par les activités de Nourri- Source;
- Afficher les réussites des secteurs sur le Facebook de l'organisme tous les mois;
- Organiser deux rencontres de responsables (et co-responsables) par année.

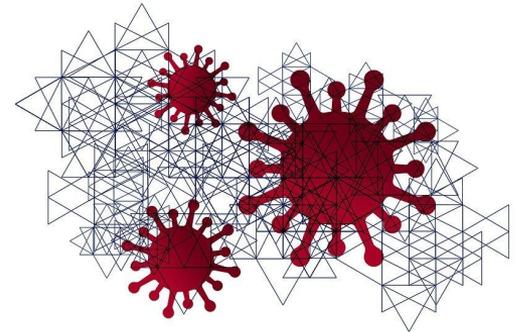
# Présence en cas de crise

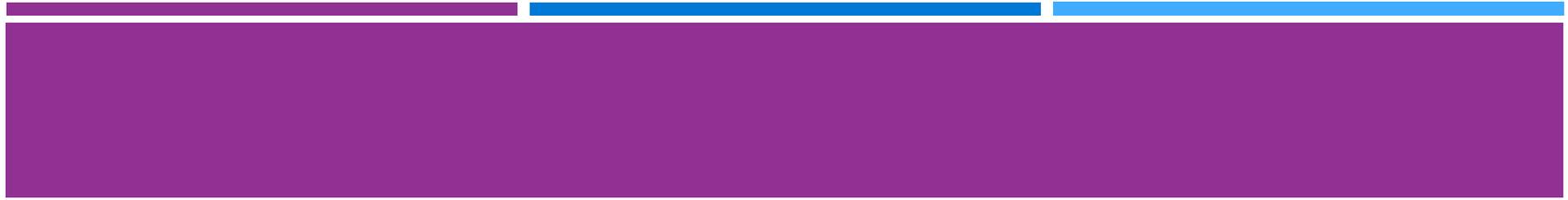
L'organisme a continué et adapté ses services aux familles en temps de pandémie lié à la Covid-19.

Nous avons:

- autorisé l'utilisation de la visioconférence lors des jumelages téléphoniques entre une mère et une marraine pour bien discuter de positionnement lors de l'allaitement;
- développé les haltes-allaitement en visioconférence;
- débuté le développement des ateliers prénataux en ligne;
- accepté les rencontres de secteurs en visioconférence.

Nous avons aussi soutenu nos marraines d'allaitement en diminuant le nombre de jumelage téléphonique aux marraines qui travaillent dans le domaine de la santé.





# 2-CONTRIBUTIONS

# Contributions diverses

95

**Contribution par l'entremise d'un réseau de bénévoles et de militants** : 95 mairraines d'allaitement, 4 membres formateurs, 2 pères bénévoles et 11 membres collaborateurs;

**Contribution par l'entremise de références provenant d'autres organismes**: les références pour jumelages téléphoniques proviennent du CISSS des Laurentides via les infirmières des unités de naissance et petite enfance. Un référencement s'effectue aussi grâce aux autres organismes communautaires en petite enfance tel que le Centre Marie-Ève, le Carrefour péri-naissance et familiale et les Maisons de la famille du territoire.

**Contribution sous forme de publicité gratuite dans un autre réseau**: L'horaire des haltes allaitement est annoncé dans les CLSC, les bottins municipaux de la MRC des Laurentides et les Facebooks des secteurs et de Nourri-Source Laurentides. Partenariat avec la Maison de la famille de Argenteuil et Pays-d'en haut pour certaines haltes, le centre de pédiatrie sociale de Sainte Agathe des Monts, la bibliothèque municipale de Mont-Tremblant et la ville de Labelle pour la tenue des haltes allaitement.

# Contributions diverses (suite)

**Contribution en matière de ressources financières** (dons, revenus de campagnes de financement, subventions diversifiées, etc.) ; Nous vous invitons à consulter le rapport financier complet pour tous les détails.

**Contribution en matière de ressources humaines** (partage de ressources professionnelles, de services de secrétariat, de services de réception, etc.) ; Le CISSS des Laurentides est le principal partenaire de Nourri Source Laurentides, aide pour l'impression des horaires des haltes, réception des demandes de jumelage via les CLSC, animation de causeries.

**Contribution en matière de ressources matérielles** (prêt ou accès à des locaux, à des équipements informatiques, à des équipements divers, etc.) ; Le CISSS des Laurentides offre des locaux dans les CLSC pour la tenue des haltes, des rencontres de bénévoles, les infirmières de liaison sont présentes dans ces rencontres. Le Mouvement Allaitement Québec (MAQ) aide aussi en matériel de prêt pour la plateforme zoom.



**3-LES**  
**CONCERTATIONS**

# Les tables de concertation

51

Nourri Source Laurentides siège sur 4 tables de concertation sur son territoire des Laurentides:

- Tandem 0-6 à St-Eustache;
- Table jeunesse Argenteuil;
- Parcours d'Enfants à St-Jérôme
- Comité 0-5 ans à ste-Adèle

Nous avons participé à 17 rencontres et 51 heures de travail en concertation.



Regroupement Tandem 0-6 ans



Partenaires enfance-famille  
de la MRC Rivière-du-Nord



# Concertation avec différents intervenants

15

Nourri-Source Laurentides est partenaire avec le CISSS des Laurentides dans l'Accréditation « Ami des bébés » et participe aux comités régionaux et locaux IAB.

Cette année, nous avons participé à:

- 2 rencontres pour le comité IAB régional;
- 3 rencontres pour le comité IAB local-centre nord situé à Ste-Agathe

Nous avons donc participé à 5 rencontres et 15 heures de consultation. Nourri-Source Laurentides a aussi présenté l'organisme au comité local et régional.



# Concertation avec d'autres groupes communautaires

Nourri-Source Laurentides fait aussi:

- la location d'un espace de travail à Mesure alternatives des Vallées du Nord (MAVN);
- la location d'un espace de réunion à MAVN;
- l'emprunt de locaux pour les haltes-allaitement : les Maisons de la famille sur le territoire, la clinique de pédiatrie sociale de Sainte-Agathe- des-Monts, les bibliothèques (Tremblant et St-Colomban), les centres communautaires.

Nous consultons régulièrement d'autres organismes communautaires pour l'élaboration des procédures et politiques, tels que:

- Mesure alternatives des Vallées du Nord;
- Regroupement des organismes communautaires des Laurentides (ROCL);
- Mouvement allaitement Québec (MAQ)
- Action bénévole
- Fédération Nourri-Source et ces autres régionales.



REGROUPEMENT  
DES ORGANISMES  
COMMUNAUTAIRES  
DES LAURENTIDES



# Les activités collectives de mobilisation

2

Nous avons participé à la consultation de la Fédération Nourri-Source concernant l'adaptation du programme IAB au Québec. Une rencontre de trois heures a été faite concernant la dixième condition du comité IAB. Voici la condition tirée du site du MSSS.

Voici les Dix conditions pour le succès de l'allaitement maternel de l'OMS et de l'UNICEF :

10-Encourager la constitution d'associations de soutien à l'allaitement maternel et leur adresser les mères dès leur sortie de l'hôpital ou de la clinique.

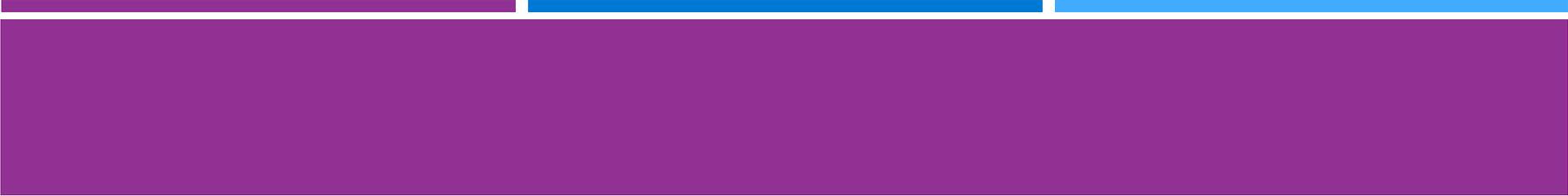
Nous avons aussi signé la **Campagne unitaire : Engagez-vous pour le communautaire !**



Source:

<https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/perinatalite/amis-des-bebes/dix-conditions-pour-le-succes-maternel/>





# 4-ACCESSIBILITÉ

# Les formations de base et ressourcements

55



La formatrice de Nourri-Source Laurentides a offert 13 blocs de formations de base donc 45 heures 30 minutes et formée 45 nouvelles mairaines d'allaitement.

L'organisme Interligne a donné une formation en écoute active aux bénévoles. Les mairaines ont aussi eu une formation en ressourcement sur le quatrième trimestre.

Nous avons rejoint 6 mairaines pour les formations de base et en ressourcement sur le sommeil de bébé et le quatrième trimestre offerts 55 heures de formation.

Les formations du sommeil et le quatrième trimestre ont dû être bougé en raison de la covid-19

# Les formations aux membres

86

Nourri-Source Laurentides a offert deux formations d'écoute active avec Geneviève Gobeil (automne) et Mireille St-Pierre (hiver) d'Interligne afin d'aider les marraines à écouter activement les mères sans jugement. 26 marraines ont obtenues une des deux formations.

D'autres formations en ressourcement ont été offertes tout au long de l'année afin de permettre aux marraines d'avoir une formation continue en allaitement. Voici le détail des formations offertes:

- Sommeil de bébé avec Amélie Blanchette
- Sexualité et allaitement avec Stéphanie Dupras.

Nous avons aussi envoyé plusieurs marraines au congrès et Symposium de la Ligue de Leche à Montréal.

Au total, 86 marraines et 32 heures de formation ont été reçu par les marraines d'allaitement.



# Les formations du conseil et du personnel

41h

Les membres du conseil d'administration ont suivi une formation de type webinaire sur :

- Les rôles et responsabilités (Centre St-Pierre)- 1 heure

L'équipe, quant à elle, s'est outillé dans la gestion de l'organisme communautaire, dans la recherche de financement et de marketing social. Voici le détail:

- Formation en collecte de fonds (France Terreault) - 8 heures
- S'initier au groupe de co-développement (ROCL\*) - 8 heures
- Optimiser la page Facebook (ROCL\*) - 8 heures
- Reddition de compte et éléments du rapport d'activités (ROCL\*) - 8 heures
- Assemblée générale...vous avez dit assemblée générale (ROCL\*) - 8 heures

*\*ROCL: Regroupement des organismes communautaires des Laurentides.*



REGROUPEMENT  
DES ORGANISMES  
COMMUNAUTAIRES  
DES LAURENTIDES



# Les formations du personnel (suite)

7h15

L'équipe a participé à quelques webinaires afin d'accroître leurs connaissances sur des sujets touchant de près ou de loin les projets de l'organisme.

Voici le détail :

- La gouvernance agile et collaborative (Université Laval) - 1 heure
- Créer de la valeur en favorisant l'innovation (Université Laval) - 1 heure
- Lumière sur les facettes visibles du changement (Centre St-Pierre) - 1 heure
- Cannabis: notions de base, enjeux et prévention (PREL avec Jean-Sébastien Fallu) - 1 heure
- Marketing social (Centre St-Pierre)- 1 h 30 minutes
- 5 conseils pour réussir un projet à impact social (100 degrés) - 45 minutes
- Les pères, un jour à intégrer au sein de l'équipe, comment les rejoindre, bâtir un lien de confiance et mieux les soutenir (PREL avec Diane Dubeau) - 1 heure

# Les formations de la coordonnatrice

21 h

La coordonnatrice s'est joint au groupe de co-développement initié par le regroupement des organismes communautaires des laurentides (ROCL). Le groupe de 8 participants s'est réuni pour partager de problématiques professionnelles et pour apprendre à cultiver une intelligence collective.

- 4 rencontres ont eu lieu de novembre 2019 à février 2020 - 12 heures



La coordonnatrice a aussi participé à un midi causerie organisé par le regroupement de partenaires appelé Parcours d'enfants:

- La coparentalité: le défi des parents et des intervenants - 1 heure



L'organisme a aussi participé au Colloque organisé par Les Partenaires pour la réussite éducative dans les Laurentides(PREL):

- Complice des parents - 8 heures



# Les oublis

## 7

Plusieurs événements, rencontres ou formations ont dû être annulés ou déplacés en raisons des restrictions de la covid-19 dès le 13 mars 2019 jusqu'à la fin de l'année fiscale. D'autres ont eu lieu en ligne avec l'application ZOOM. En voici le détail:

- Rencontre avec le sous-comité pour le projet co-parentalité en collaboration avec la Maison de la Famille des pays-d'en-haut-**ANNULÉ**
- Séance ordinaire du conseil d'administration-Rencontre Zoom
- Rencontre d'équipe-Rencontre Zoom
- Rencontre avec un organisatrice communautaire pour peaufiner le plan d'action 2020-2021-**REPORTÉE**
- Tournage de capsule sur le cannabis-**REPORTÉ**
- Rencontre co-développement-**ANNULÉ**
- Formation 16 heures CNESST-**REPORTÉE**



# 5-FONCTIONNEMENT DÉMOCRATIQUE

# Notre assemblée générale

87

Le 19 juin 2019, Nourri-Source Laurentides tenait son assemblée générale annuelle à la cabane à sucre Bouvrette à St-Jérôme. Nous avons eu 87 personnes présentes, soit les conjoints et enfants, et 37 membres actifs. Nous avons donc obtenu 33 % de participation.

Un souper a été offert aux membres de l'organisme avant l'assemblée. Cette dernière s'est déroulée dans la joie et la participation. Les membres ont pu poser leurs questions et échanger positivement sur les projets, le budget et les enjeux de l'organisme.

Nombre de membres de l'organisme : 112 membres bénévoles et collaborateurs inscrits



# La liste nominale des membres du conseil

5

## Liste nominale des membres du conseil d'administration :

Florence Benjamin, présidente. Marraine d'allaitement bénévole depuis 2013

Josée Fournier, vice-présidente. Marraine d'Allaitement bénévole depuis 2011

Bruno Pépin, trésorier. Membre collaborateur bénévole depuis 2017

Sandrine Rickert, secrétaire. Marraine d'Allaitement bénévole depuis 2014

Marie-Pier Désormeaux, Administratrice. Marraine d'Allaitement bénévole depuis 2015

# Les rencontres du conseil d'administration

98

Mercredi le 19 juin 2019, 18h30  
Mercredi le 4 septembre 2019, 18h30  
Mercredi le 9 octobre 2019, 18h30  
Mercredi le 6 novembre 2019, 18h30  
Mercredi le 11 décembre 2019, 18h30  
Mercredi le 8 janvier 2020, 18h30  
Mercredi le 12 février 2020, 18h30  
Mercredi le 11 mars 2020, 18h30  
Mercredi le 15 mai 2020, 18h30

Le conseil d'administration s'est rencontré 9 fois dans l'année. Il a effectué 31 heures de rencontre et 67 heures de travail en sous groupe donc 98 heures au total.



# LA VISIBILITÉ

# Le nouvel outil: Le site internet

7

Nous avons créé en collaboration avec Concept C et l'organisme 4korners le site internet bilingue de l'organisme. Auparavant, quelques informations étaient disponibles sur le site de la Fédération Nourri-Source pour permettre aux parents de connaître les services, faire une demande de marrainage et différencier les secteurs. Il permet aussi aux marraines et professionnels de la santé d'avoir accès à de l'information dans la section marraine.

Le site actuel possède 7 grandes sections. Les voici en détail

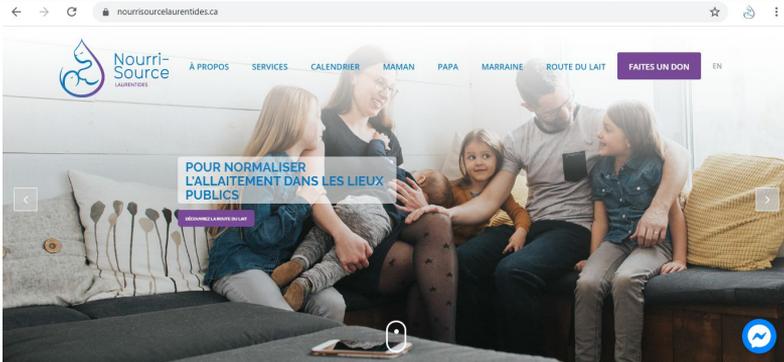
01	À propos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Les secteurs</li><li>• L'équipe et le conseil d'administration</li><li>• Les partenaires et différents membres Nourri-Source Laurentides</li><li>• Les rapports d'activités</li></ul>
02	Services	<ul style="list-style-type: none"><li>• Soutien téléphonique</li><li>• Halte-allaitement</li><li>• Les cours prénataux</li></ul>
03	Calendrier	<ul style="list-style-type: none"><li>• Calendrier des activités pour les mamans et/ou les papas</li><li>• Calendrier des activités pour les marraines</li><li>• Calendrier de formations pour les marraines</li></ul>

# Le site internet (suite)

04	Maman	<ul style="list-style-type: none"><li>• Le contenu des fiches informatives d'une consultante en lactation</li><li>• Accès à du matériel en allaitement: Nature Bond et Maman Kangourou</li><li>• Les fiches informatives de la Fédération Nourri-Source</li></ul>
05	Papa	<ul style="list-style-type: none"><li>• Le contenu du dépliant Ma conjointe allaite, je peux l'aider!</li><li>• Les ressources pour les pères dans la région</li></ul>
06	Marraine	<ul style="list-style-type: none"><li>• Avantages d'être marraine d'allaitement</li><li>• Le lien d'inscription</li></ul>
07	La route du lait	<ul style="list-style-type: none"><li>• La carte interactive de la route du lait</li><li>• Comment devenir membre de la route du lait</li></ul>

Le site affiche aussi 3 actualités et les 3 prochaines activités de l'organisme sur sa page principale.

# Le site internet (suite)



## Ma conjointe allaite... je peux aider!

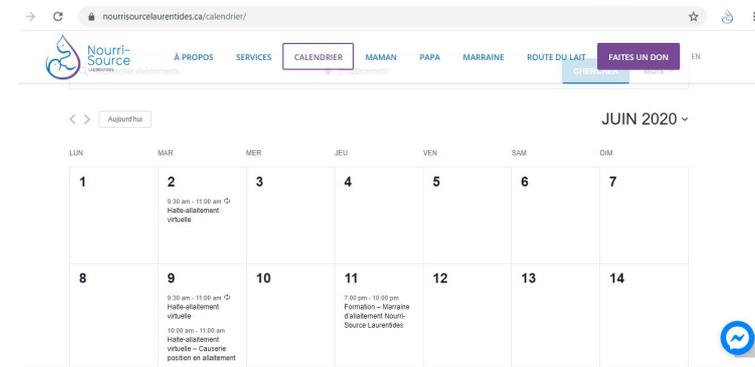
### Démystifions : le lait maternel

- Le lait maternel est vraiment le plus complet pour un nourrisson.
- Il est composé d'anticorps, d'acides gras et plusieurs nutriments nécessaires à la croissance des bébés.

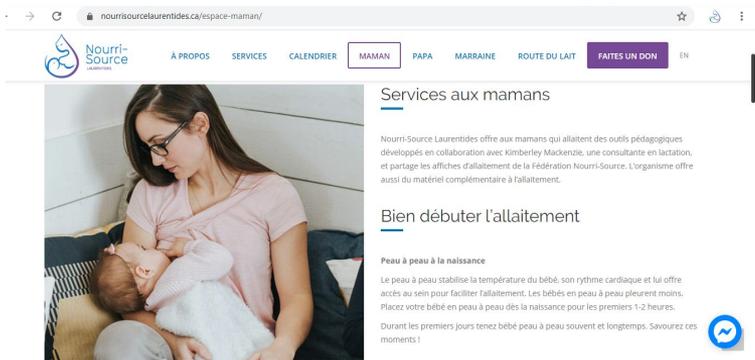
Votre enfant a donc moins de risques de développer certaines maladies.

### L'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommande:

- Que les bébés soient exclusivement allaités jusqu'à l'âge de 6 mois.



LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
1	2 9:30 am - 11:00 am Habe-allaitement virtuelle	3	4	5	6	7
8	9 9:30 am - 11:00 am Habe-allaitement virtuelle	10	11 10:00 am - 11:00 am Habe-allaitement virtuelle - Casuelle position en allaitement	12 7:00 pm - 10:00 pm Formation - Matriane d'allaitement Nourri-Source Laurentides	13	14



## Services aux mamans

Nourri-Source Laurentides offre aux mamans qui allaitent des outils pédagogiques développés en collaboration avec Kimberley Mackenzie, une consultante en lactation, et partage les affiches d'allaitement de la Fédération Nourri-Source. L'organisme offre aussi du matériel complémentaire à l'allaitement.

### Bien débuter l'allaitement

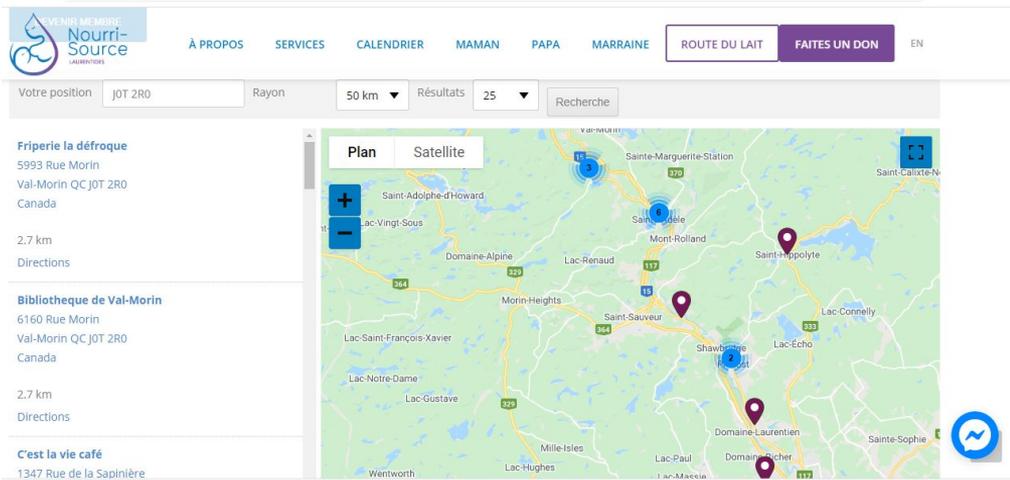
#### Peau à peau à la naissance

Le peau à peau stabilise la température du bébé, son rythme cardiaque et lui offre accès au sein pour faciliter l'allaitement. Les bébés en peau à peau pleurent moins. Placez votre bébé en peau à peau dès la naissance pour les premiers 1-2 heures. Durant les premiers jours tenez bébé peau à peau souvent et longtemps. Savourez ces moments !

# Le développement de la route du lait

45

Une carte interactive de la route du lait est configuré sur notre site internet donc accessible par ordinateur ou cellulaire. La Route du lait est un regroupement d'établissements publics et de commerces favorables à l'allaitement. Facilement repérés par une vignette affichée dans leurs vitrines, les commerçants permettent aux mères d'entrer dans leur établissement pour allaiter leur enfant, sans obligation d'achat. Elle a donc pour but d'encourager l'allaitement dans les lieux publics et à normaliser l'allaitement maternel dans la collectivité.



Les mères allaitantes peuvent reconnaître les commerçants avec ce signe apposé dans la vitrine de leur entreprise. 45 commerces se sont inscrit



# La trousse du commerçant

5

Le commerçant désirant adhérer à la route du lait peut le faire rapidement et facilement sur le site internet de Nourri-source Laurentides. Chaque commerçant qui adhère à la route du lait reçoit ces 5 documents:

- Un courriel de bienvenue au nouveau membre
- L'engagement du commerce pour la route du lait
- Une feuille des avantages d'être membre de la route
- Une feuille d'accueil de la mère allaitante
- Une feuille comment adapter son environnement
- Un dépliant du Mouvement allaitement du Québec : Environnements favorables à l'allaitement

Dès la réception du formulaire rempli, nous inscrivons le commerce sur notre site internet. Il reçoit au début du mois suivant leur inscription le collant à apposer dans leur fenêtre et une lettre de bienvenue.



# La trousse du commerçant pour la RDL

5

Le commerçant désirant adhérer à la route du lait peut le faire rapidement et facilement sur le site internet de Nourri-sourc Laurentides. Chaque commerçant qui adhère à la route du lait reçoit ces 5 documents:

- Un courriel de bienvenue au nouveau membre
- L'engagement du commerce pour la route du lait
- Une feuille des avantages d'être membre de la route
- Une feuille d'accueil de la mère allaitante
- Une feuille comment adapter son environnement
- Un dépliant du Mouvement allaitement du Québec : Environnements favorables à l'allaitement

Dès la réception du formulaire rempli, nous inscrivons le commerce sur notre site internet. Il reçoit au début du mois suivant leur inscription le collant à apposer dans leur fenêtre et une lettre de bienvenue.

# Les distributeurs

2

**NATURE BOND** Nourri-Source Laurentides a créé un partenariat avec deux entreprises pour distribuer leurs produits afin de rendre accessible ces derniers aux mamans qui allaitent. Nous comptons la compagnie Nature Bond qui offre une pompe à succion afin de récupérer le lait maternel directement au sein lorsque la mère allaite son enfant de l'autre sein. Il est accessible au coût de 10 \$ au lieu de 22.99 \$.Voici le produit:



**MAMAN KANGOUROU** Nous avons également la compagnie québécoise Maman Kangourou avec ses écharpes d'allaitement en bambou bleu ou beige. Elles sont accès à 50 % de rabais sur notre site contrairement au site de compagnie.Voici les produits:



# La collaboration 4 T

60



La mini-boîte *La maman qui allaite* a été créée avec l'entreprise québécoise Quatre T afin de fournir aux mamans des accessoires et un guide d'allaitement dans le confort de leur foyer. Nourri-Source Laurentides a fourni 60 guides en allaitement, crayons et aimants pour identifier sa marraine d'allaitement. La mini-boîte est disponible en ligne sur leur site internet: <https://quatret.ca/produit/mini-boite-la-maman-qui-allait/> .

Nous collaborons aussi à l'écriture d'articles sur le blogue Quatre T afin de partager la position de l'organisme sur différents sujets. Cette année nous avons collaboré pour:

- L'allaitement et les fêtes
- L'hygiène de nos précieux seins et accessoires



# Le calendrier Facebook

248

248 publications ont été effectuées d'avril 2019 à mars 2020. Le calendrier des publications Facebook permettait aux mamans, papas, marraines et partenaires d'obtenir des informations importantes sur l'organisme ou sur l'allaitement. Chaque mois, on publiait :



- les bons coups des secteurs (félicitation aux membres);
- un article de la coordonnatrice sur l'organisme;
- un article de l'agente de liaison sur l'allaitement;
- des invitations pour s'inscrire à l'infolettre;
- des sujets de discussions ouvertes;
- des photos des haltes-allaitement;
- des événements ou activités de nos partenaires pour les familles des Laurentides.

# Les articles Facebook

18

Chaque mois un article de la coordonnatrice et un article de l'agente de liaison sont affichés sur Facebook. Les premiers ont pour objectifs de faire connaître l'organisme positivement tandis que les autres ont pour but de partager de l'information aux marraines et aux mamans allaitantes sur des sujets d'allaitement. Cette année, nous avons traité ces 18 sujets:

- La philosophie Nourri-Source
- Allaiter en public est un droit
- Le logo
- Les valeurs de la Fédération Nourri-Source
- Les sept secteurs
- L'historique
- Les activités Nourri-Source
- Les haltes-allaitement et les ateliers
- Le Petit Nourri-Source
- Le soutien téléphonique
- Le rôle de la marraine
- Une filleule c'est quoi?
- L'alcool et l'allaitement
- L'alimentation de la mère qui allaite
- Allaitement, activité physique, régime et perte de poids
- Allaitement d'un bambin
- Allaiter en public est un droit
- Combien de temps dois-je allaiter et pourquoi?

# Les discussions

18

Ces discussions, prévues la fin de semaine, permettent aux mères et pères de Laurentides d'échanger sur un sujet lié à leur réalité de famille allaitante. Cette année, nous avons discuté de:

- Les anecdotes d'allaitement
- Ce que la forme des seins veut dire
- Les moments cocasses de la vie de papa de bébé allaité
- Allaiter dans un lieu public
- Pour vous, l'allaitement c'est?
- Les aliments aimés pendant l'allaitement
- Le commentaire le plus surprenant sur votre allaitement
- Le rôle du papa dans l'allaitement
- L'allaitement des jumeaux
- Dépression post-partum chez papa
- Le temps des fêtes
- Ce que vous apporte votre marraine
- 13 choses à faire avec le lait maternel
- La matrescence
- Allaiter la nuit
- Le sein sexuel et le sein nourricier
- Les câlins de papa tout aussi important
- C'est un super pouvoir d'être maman

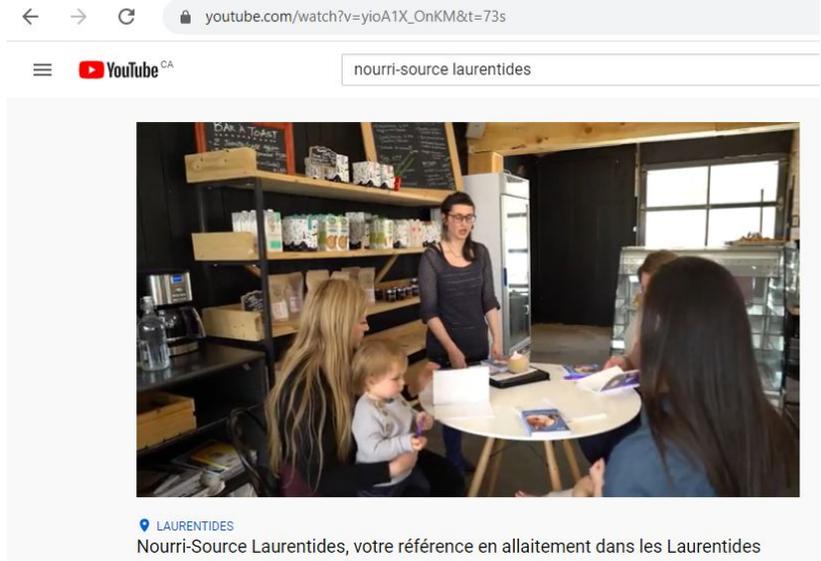
Ces 18 discussions ont générées en moyenne 8 interactions chaque mois.

# La capsule promotionnelle

L'organisme a développé une capsule vidéo de 2 minutes 34 secondes pour parler des différents services offerts aux familles laurentiennes.

Elle a été tournée et montée en collaboration avec Les Productions Bluebird au café *Sur la planche* à Prévost. Nous avons invités 3 mamans et 3 bébés à se joindre à nous pour recréer une ambiance d'halte-allaitement. L'agente de liaison a joué le rôle de marraine et l'agente de développement a fait la narration.

La vidéo est disponible sur notre site et sur le nouveau canal Youtube de Nourri-Source Laurentides : [https://www.youtube.com/watch?v=yioA1X\\_OnKM&t=73s](https://www.youtube.com/watch?v=yioA1X_OnKM&t=73s).





Au nom de l'équipe **Nourri-Source** Laurentides et du conseil d'administration, nous tenons à vous souhaiter, membres, partenaires et bénévoles, une merveilleuse année 2020.

Du bonheur, de la santé et de beaux moments en famille pour tous! Nous sommes heureux et fébriles de vous faire parvenir la première **infolettre** de l'année.

De nombreux projets sont au rendez-vous : du lancement de notre site internet à notre projet sur le cannabis et l'allaitement en passant par la présence de notre nouvelle zone allaitement dans les salons. Cette année **Nourri-Source** fera briller l'allaitement partout!

Nourri-Source Laurentides a envoyé deux infolettres dans l'année à plus de 214 membres.

L'infolettre permet de transmettre de l'information aux mères, aux marraines d'allaitement et aux partenaires concernant les différentes activités de Nourri-Source Laurentides. Plusieurs nouvelles sont aussi annoncées.

# Les nouveaux partenaires et la trousse

4

L'organisme a développé la trousse du partenaire pour outiller et informer ses partenaires des services offerts et d'obtenir des informations importantes sur l'allaitement. La trousse comprends des outils différents selon le besoin du partenaire. Les services de relevailles devaient recevoir leurs troussees quelques jours après le début du confinement (reporté en 2020). La trousse pour les relevailles comprends:

- La pochette protectrice
- Le Petit Nourri-Source (guide sur l'allaitement de la Fédération)
- 6 fiches informatives sur l'allaitement (développé par la Fédération)
- Le dépliant pour les pères: Ma conjointe allaite, je peux aider!
- Quelques carte postale: Allaitement vous tient à coeur
- La carte allaiter est un droit
- Quelques aimants pour identifier le nom et les coordonnées de la marraine
- Un crayon Nourri-Source Laurentides

Une présentation est prévue aux intervenantes pour présenter les outils et les services. L'an prochain nous développons la trousse des médecins de familles et des infirmières.



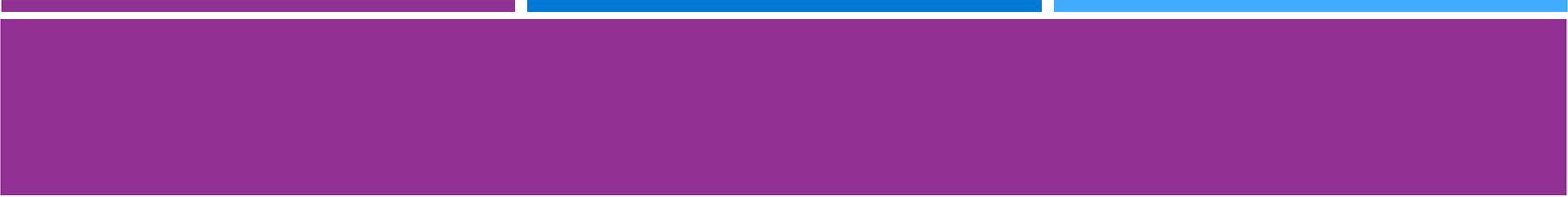
# La zone allaitement

Dans le souci de poursuivre sa mission de normaliser l'allaitement, Nourri-Source Laurentides s'est doté d'une Zone Allaitement aux couleurs de l'organisme. Lors des événements, cette zone sera l'endroit idéal pour la maman afin d'allaiter dans un endroit confortable et calme.

La zone allaitement sera en tout temps représentée par une marraine d'allaitement Nourri-Source et/ou un membre de l'équipe pour accueillir les mamans et leurs enfants. Notre équipe sera présente pour répondre aux questions des visiteurs et présenter l'organisme. Elle est aménagée de chaises de sols pour le confort des mamans, d'une table à langer pour le confort des petits ainsi que des jeux pour divertir les plus grands, bref tout y est!

Le lancement de la zone se fera à l'activité de vie associative durant l'été.





# ORGANISATION

# Les politiques

## 3

Plusieurs politiques ont été créées et d'autres modifiées pour s'adapter à nos besoins.

### Les politiques qui sont apparues:

- La politique de traitement de plaintes
- La politique sur le bénévolat
- La politique sur l'apprentissage, la formation et le perfectionnement.

### Les politiques qui ont été modifiées:

- La politique financière et le processus d'émission de paiements
- Les règlements généraux

# Les procédures

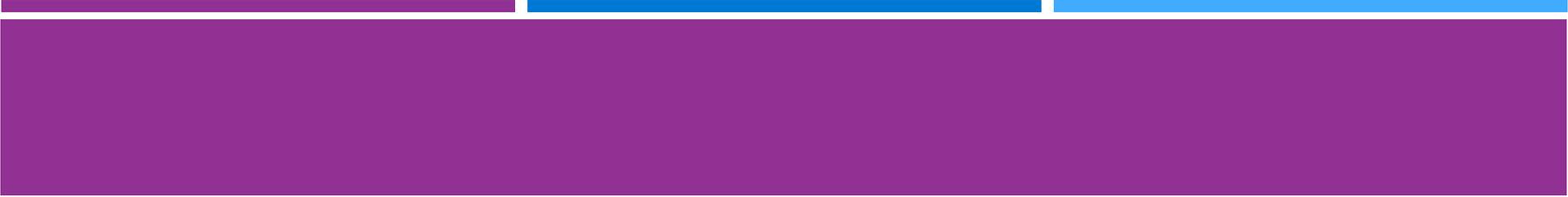
## 5

Plusieurs procédures ont été créées pour bien définir les rôles des employés et bénévoles ou encadrer les pratiques.

- Procédure d'équivalence des formations
- Procédure d'accueil de la nouvelle
- Procédure de communication avec les infirmières de liaison
- Procédure d'urgence en cas de covid-19
- Procédure de formation de base

Plusieurs outils ont été développés par la Fédération et adoptés par la régionale.

- Code éthique des marraines
- Complément d'information sur le cannabis
- Modification violet de gentaine



# FINANCEMENT

# Les demandes de subvention

3

L'organisme a obtenu un rehaussement du Programme de subvention des organismes communautaires (PSOC), ce qui a permis le démarrage de nombreux projets pour augmenter la visibilité de l'organisme. Afin de diversifier ses sources de financement en dehors du plusieurs demandes de subventions ont été effectuées cette année pour divers projets. Voici le détail des acceptations, des refus et des demandes en attente en raison de la Covid-19:

Nom	Nom du projet	Statut de la demande
FRASLA	Traduction du site Internet	Accepté
Cannabis-CISSS Laurentides	Approche de réduction des méfaits	Accepté
Parcours d'enfants	Formation aux partenaires	Accepté

Des demandes ont aussi été effectués pour le projet L'allaitement au travers du temps et au-delà des frontières, Centraide-Mission globale, Coparentalité, Organisme famille, Fondation Pharmaprix, Fondation Desjardins et Fondation Tremblant qui ont été malheureusement refusées.

# Activité de levée de fond

92

L'organisme a fait une levée de fond le 23 novembre 2019. Le souper spaghetti a eu lieu au Chalet Pauline-Vanier à Saint-Sauveur.

Nous avons reçu:

- 92 personnes
- 55 enfants de 3 mois à 8 ans.

Trois membres du conseil d'administration ont aussi aidés à servir les plats et à l'organisation de la soirée.

Deux étudiantes en soin infirmier et une autre bénévole on servit le repas avec l'équipe de Nourri-Source Laurentides.

La soirée fut un véritable succès pour l'organisme.



# Activité de levée de fond (suite)

3

L'animatrice Karen Sampson animait l'après-midi et la soirée pour permettre aux différentes activités de bien se dérouler. Les familles pouvaient se faire coiffer de façon farfelus avec **Zarafa Coiffure**. Par la suite, les enfants étaient invités à un **spectacle de Flon-Flon** de Chante avec nous. Ensuite, un souper spaghetti était offert avec salade et dessert. Finalement, le **Père-Noël** venait distribuer les cadeaux aux enfants.



# Activité de levée de fond (suite)

3

Des cadeaux ont été remis à toutes les personnes présentes.

Cadeaux	Clientèle	Fournisseur
Jouets selon l'âge	Enfant	Boutique Pichenotte
Crème lavande	Adulte	Uriage Canada via Prestilux
Stylo Nourri-Source	Adulte	Nourri-Source Laurentides
Carte-rabais de 10 \$	Adulte	Évoilà 5

*\* Pour la boutique Pichenotte, le propriétaire nous a offert 200\$ en gratuité en plus d'un rabais de 15% sur la balance des achats.*

**Merci aux collaborateurs**



# Activité de levée de fond (suite)

7

Nous avons également des prix de présence à gagner durant la soirée.

Cadeaux	Fournisseur
4 jouets pour enfants	Boutique Griffon
2 ensembles vinaigre balsamique et huile d'olive	Évoilà 5
1 Ensemble bavoir et jouet de dentitions	Petit Bouquet



**Merci aux collaborateurs**





# ANNEXES

# Annexe I : Les avantages à être un membre

Voici les différents avantages pour chaque membre.

## Les membres collaborateurs

- Faible implication: minimum 8 heures par année dans les activités de l'organisme
- Peu de formulaire à remplir: statistiques en cas d'implication seulement
- Aucune rencontre de secteur obligatoire

## Les marraines d'allaitement

- Formation de base en allaitement (3 volets) gratuite
- Formations d'écoute active et ressourcement tous les ans gratuites
- Réseau d'entraide et de soutien avec les autres marraines
- Nombreuses activités de vie associative
- Accès à des comités de consultation pour celles qui désirent s'impliquer
- Reconnaissance de l'organisme envers leur implication (les bons coups de secteur tous les mois)



# Annexe I : Les avantages à être un membre (suite)

Voici les différents avantages pour chaque membre.

## Les pères -bénévoles

- Formations de base (1 volet)
- Formations d'écoute active gratuites tous les ans
- Activités pour les papas dans le semaine de la paternité
- Nombreuses activités de vie associative
- Accès à des comités de consultation pour ceux qui désirent s'impliquer



## Les membres formateurs

- Rayonnement des compétences et connaissances en allaitement auprès de notre clientèle
- Mention de la collaboration sur la page Facebook de Nourri-Source Laurentides (plus de 1 300 abonnés)
- Promotion des formations, ateliers ou conférences sur la Facebook de Nourri-Source Laurentides ainsi que dans l'info lettre mensuelle.

# Annexe 2: Le processus pour devenir membre

L'organisme a modifié sa procédure pour devenir membre de Nourri-Source Laurentides avec l'arrivée du nouveau site internet. Auparavant, les bénévoles devaient s'inscrire sur le site de la fédération Nourri-Source. Maintenant, ils doivent s'inscrire sur notre site: [nourrisourcelaurentides.ca](http://nourrisourcelaurentides.ca) .

## Appel

## Formulaire

## Formation

## Lectures

## Membre

L'agente de liaison communique avec le membre pour connaître son désir de devenir membre et son implication possible.

Il est invité remplir le formulaire d'adhésion et assister à une rencontre de secteur.

Il assiste à la formation de base pour les marraines (3 volets) ou pour les pères-bénévoles (1 volet).

Il fait ses lectures et l'évaluation suite à la formation.

Il est membre de l'organisme

# Annexe 3: Code d'éthique des marraines (Fédération)

## Préambule du code

Les marraines d'allaitement sont le pilier du réseau Nourri-Source. Leur engagement est essentiel à la réalisation de sa mission de soutien à l'allaitement car elles sont en première ligne pour soutenir les mères qui font appel à Nourri-Source.

Chaque marraine a un rôle essentiel à jouer pour maintenir la qualité des services, la crédibilité et la renommée de Nourri-Source. En ce sens, chaque marraine doit s'assurer de respecter certaines règles d'éthique communes et propres au réseau Nourri-Source, dans l'ensemble des activités auxquelles elle participe.

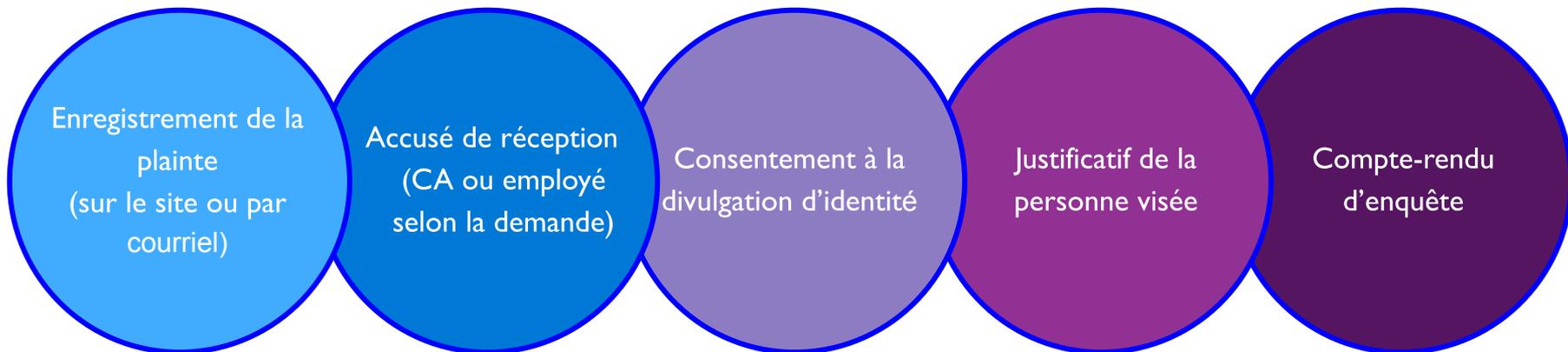
Le code d'éthique énonce donc les règles d'éthique à privilégier par les marraines tout au long de leur engagement auprès de Nourri-Source.

On énonce dans le code les responsabilités des bénévoles envers l'organisme et soi-même et les responsabilités de l'organisme envers l'usagère, les bénévoles et les professionnels de la santé.

# Annexe 4: Processus de traitement de plaintes

Nourri-Source Laurentides a créé la politique de traitement de plaintes et ses formulaires connexes. La politique vise à assurer le respect de la mission de l'organisme, l'application des normes de qualité et des correctifs appropriés, et ce, de façon permanente et durable.

Il est maintenant possible pour les usagers, mairaines, employés et partenaires d'enregistrer une plainte à un bénévole, une contractuelle ou un employé.



# Annexe 5: Dossiers de presse

3

L'organisme a envoyé trois communiqués de presse durant l'année.

1. Le premier au CISSS des Laurentides et à la ville de St-Jérôme, pour annoncer le défi-allaitement dans le cadre de la semaine mondiale de l'allaitement au Mégamaze de St-Jérôme le 5 octobre 2019.
2. Le deuxième, à la ville de St-Sauveur, pour annoncer la première levée de fond de l'organisme sous forme de Souper Spaghetti le 23 novembre 2019 au Chalet Pauline-Vanier à St-Sauveur.
3. Finalement, au CISSS des Laurentides, aux infirmières de liaison et aux partenaires des Laurentides pour annoncer l'arrêt temporaire des haltes-allaitement et ateliers prénataux en raison du décret le 13 mars 2020 du premier Ministre Legault pour la Covid-19.

# Annexe 6: Témoignages

3

Plusieurs témoignages ont été recueillis en cours d'année et ont été fièrement affichés sur notre site internet.

*"J'ai une marraine d'allaitement présentement et c'est tellement précieux. Elle répond à toutes mes questions, m'encourage et me soutient à chaque fois que j'en ai besoin. Sincèrement si elle n'avait pas été là depuis le début, je crois que je n'allaiterais plus."*  
**Cynthia F.**

*"J'ai eu une marraine en or qui m'a toujours bien conseillé dans l'écoute et la bienveillance. Elle m'a encouragée sans me mettre de pression. Merci de la part de bébé et moi!"* **Pascale B.**

*"Une chance que ma marraine d'allaitement était là pour moi ! Bébé ne prenait pas assez de poids et je me demandais constamment si je devais en faire plus ou arrêter. Elle a su apaiser mes craintes en m'écoutant et en me conseillant sans jamais me mettre de pression. Merci!"* **Rosemarie L.**

# Annexe 7: La séance photo pour le site

17

L'organisme a ouvert une séance photo de 3 heures avec Joanie Beaulieu, une photographe professionnelle des Laurentides, afin d'obtenir des images d'allaitement pour son site internet et ses nombreux outils promotionnels. Nous avons obtenus 17 photos.



# La séance photo pour le site (suite)

13

13 mamans étaient présentes pendant l'avant-midi.



# La séance photo pour le site (suite)

3

3 papas sont venus avec leur conjointe et leur enfant pour prendre des photos pour la section papa du site internet.



# La séance photo pour le site (suite)

4

Une marraine d'allaitement, la formatrice Nourri-Source Laurentides, l'agente de développement et la coordonnatrice ont aussi pris la pose pour les sections équipe et marraine du site internet.

