



## **133<sup>e</sup> RAPPORT ANNUEL**

**2012 – 2013**

### **NOTRE MISSION**

Promouvoir la santé et le bien-être  
auprès de femmes enceintes  
dont le bébé est à risque de naître trop petit  
en raison d'un faible niveau socio-économique

# TABLE DES MATIÈRES

	Page
Membres de la corporation – Comité scientifique consultatif - Personnel	1
Message de la présidente et de la directrice générale	2
Le Dispensaire : de l'importance de bien accueillir!	5
Autres activités	8
Nos bénévoles	11
Nos partenaires	12
Profil de la clientèle	13
Statistiques sur les services	14
<i>In Memoriam</i>	16

## Membres de la corporation

## Personnel

### CONSEIL D'ADMINISTRATION 2012-2013

#### Comité exécutif

M<sup>me</sup> Dominique Lapiere – Présidente  
M. Daniel-Marc Paré – Vice-président  
M<sup>me</sup> Elizabeth Jarry – Trésorière  
M<sup>me</sup> Florence Lucas – Secrétaire

#### Autres administrateurs et administratrices

M<sup>me</sup> Enriqueta Alvarez  
M<sup>me</sup> Christine Baudouin  
M. Jean-Marc Demers  
M<sup>me</sup> Julie DesGroseilliers  
M<sup>me</sup> Sara Paré  
M<sup>me</sup> Simone Saint-Germain-Roy  
M<sup>me</sup> Christina M. Smith

#### Autres membres de la corporation

M <sup>me</sup> R. Arsenault	M <sup>me</sup> M. Godard	M <sup>me</sup> D.G. McDougall
M <sup>me</sup> B. Auclair	M <sup>me</sup> S. Goldbloom	M. J. Morin
D <sup>r</sup> K.J. Barrington	M <sup>me</sup> C. Guérin	M <sup>me</sup> S. Murphy
M <sup>me</sup> A. Bérard	M <sup>me</sup> D. Guttman	M <sup>me</sup> P. O.-Scott
M. L. Bigras	D <sup>r</sup> A. Janvier	D <sup>r</sup> C. Paré
M <sup>me</sup> D. Boivin-French	M <sup>me</sup> S. Jobin	M <sup>me</sup> G. Pépin
M <sup>me</sup> É. Brunet	M <sup>me</sup> A. Kardos	M <sup>me</sup> M. Pike
M. F. Charette	M <sup>me</sup> M. Labelle	M <sup>me</sup> M. Poulin
M <sup>me</sup> F. Charron	M <sup>me</sup> N. Laferrrière	M <sup>me</sup> L. Quinton
M <sup>me</sup> L. Chevalier	M <sup>me</sup> F. Lafèche	M <sup>me</sup> F. Raimondi
M <sup>me</sup> H. Côté-Sharp	M <sup>me</sup> L. L.-Lagacé	M <sup>me</sup> L. R.-Dandonneau
M <sup>me</sup> E. Curran	M <sup>me</sup> C. Laprise	M <sup>me</sup> H. Rutledge
M. G. Cyr	M <sup>me</sup> H. Laurendeau	M <sup>me</sup> J. Sentenne
M <sup>me</sup> M. Dallaire	M <sup>me</sup> L. Laviolette	M <sup>me</sup> S.W. Smith
M <sup>me</sup> L. Desaulniers	M <sup>me</sup> A. Lecoq	M <sup>me</sup> J.E. Smyth
M <sup>me</sup> L. D.-Joubert	M <sup>me</sup> C. L.-Jude	M <sup>me</sup> A. Soden
M <sup>me</sup> L. Douville	M <sup>me</sup> M.-C. Lemerise	M <sup>me</sup> J. Staniforth-Clark
M <sup>me</sup> E.A. Dubé	M <sup>me</sup> P.A. Leus	M <sup>me</sup> L. Teryazos
M <sup>me</sup> B. Dupré	M <sup>me</sup> A. Ligot	M <sup>me</sup> M. Vallée
M <sup>me</sup> G. Ewan	M <sup>me</sup> C. L.-Lortie	M <sup>me</sup> K. Vaughn
M <sup>me</sup> I. Fontaine	D <sup>r</sup> A.C. Macaulay	M <sup>me</sup> L.C. Webster
M <sup>me</sup> G. Fortin	M <sup>me</sup> C. Maestracci	M <sup>me</sup> D. Werleman
M <sup>me</sup> J. Foster	M <sup>me</sup> M. Malewski	M <sup>me</sup> E. Whitton
M. M. Fovero	M. C. Marchand	M <sup>me</sup> R. Wilson
M. R.C. Gauthier	M <sup>me</sup> M.O. Matheson	M <sup>me</sup> N. Wright
M <sup>me</sup> E. Glenn		

**Directrice générale**  
Marie-Paule Duquette

#### Diététistes (counseling)

Véronique Binek <sup>1</sup>  
Lise Comtois <sup>1</sup>  
Suzanne Lepage  
Émilie Masson <sup>2</sup>  
Emmy Maten <sup>3</sup>  
Karen Medeiros <sup>1</sup>  
Véronique Ménard  
France Proulx-Alonso  
Dina Salonina  
Jaimie Yue <sup>1</sup>

#### Diététistes

(formation et recherche)  
Annie Brodeur-Doucet  
Jackie Demers <sup>2</sup>

#### Éducatrices (périnatalité)

Selma Buckett <sup>1,3</sup>  
Carole Ann Girard <sup>1</sup>

#### Éducatrice (garderie)

Rosy Buonocore

#### Réceptionniste

Gisèle Lalande <sup>4</sup>  
Malaïka Lafleur

#### Informaticienne

Phuong Lan Pham

#### Commis de bureau

Judy Silva <sup>1</sup>

#### Adjointe - Affaires professionnelles

Janine D. Choquette

#### Adjointe

administrative  
Nathalie Choquette

## Comité scientifique consultatif

D <sup>r</sup> S. Dubois	M <sup>me</sup> L. L.-Lagacé	D <sup>r</sup> A. Papageorgiou
D <sup>r</sup> J. E. Brown	D <sup>r</sup> A.C. Macaulay	D <sup>r</sup> P.B. Pencharz
D <sup>r</sup> R.A.H. Kinch	D <sup>r</sup> J.M. Moutquin	D <sup>r</sup> S.M. Weber

1. temps partiel
2. congé de maternité
3. consultante en lactation diplômée IBLCE
4. retraite

## Message de la présidente et de la directrice générale

Dominique Lapierre termine sa 1<sup>ère</sup> année à titre de présidente du conseil d'administration... alors que Marie-Paule Duquette termine sa 32<sup>e</sup> année à la tête du Dispensaire! L'équipe du Dispensaire a encore une fois accompli des merveilles au cours des derniers mois. Merci à cette équipe dynamique et professionnelle qui contribue à la renommée de l'organisme. Elle est l'âme du Dispensaire.

Vous constaterez en lisant le rapport annuel que le travail des membres du personnel porte fruit. Le taux de naissance de faible poids cette année au Dispensaire est de 3,2 % comparativement à au moins 10 % dans cette population ciblée. L'équipe reçoit régulièrement des témoignages de reconnaissance de la part des mamans et des familles, ce qui confirme que les services rendus par le Dispensaire sont grandement appréciés.

### Planification stratégique et gouvernance

La mise en place de la planification stratégique s'est déclinée de plusieurs façons cette année. Le conseil d'administration s'est donné pour mission d'assurer la pérennité du Dispensaire. Pour ce faire, il a travaillé sur plusieurs dossiers, entre autres l'évaluation du coût des services offerts, la refonte des politiques en ressources humaines, l'examen de la structure administrative et la planification de la relève à Marie-Paule Duquette. Merci à Daniel-Marc Paré, Christine Baudouin et Elizabeth Jarry pour le travail accompli. Un merci spécial à Anne Ménard de la Banque Nationale pour son soutien.

Le conseil s'est doté d'un moyen de communication avec l'outil *Dropbox*, d'un tableau de suivi des dossiers et d'un cahier des administrateurs, le tout afin d'assurer l'efficacité des échanges et d'informer les membres du conseil en temps opportun. Le conseil s'est réuni en plénière cinq fois cette année et le taux de participation et d'engagement est notable. Les comités du conseil d'administration se sont rencontrés régulièrement au cours de l'année. Nous remercions les membres du conseil pour leur dévouement.

Deux membres du conseil d'administration nous ont quittés en cours d'année, soit Eileen Curran et Paule Ouimet-Scott. Madame Curran a été d'une aide précieuse dans l'exercice de la planification stratégique au cours de l'année où elle a siégé au conseil d'administration. Quant à Madame Ouimet Scott, qui a siégé au conseil pendant quatre ans, elle a contribué grandement à la recherche de financement auprès de différentes fondations et à la réflexion concernant la planification stratégique. Florence Lucas a comblé un des sièges vacants à l'automne 2012. Nous remercions chaleureusement ces membres sortants pour leur contribution à l'avancement du Dispensaire.

En ce qui concerne les nouveaux membres de la corporation, nous avons le plaisir d'accueillir cette année Keith Barrington, Gail Ewan, Michael Fovero, Annie Janvier, Chantal Laprise, Marie-Christine Lemerise et Leslie Quinton.

### Communications

Les communications sont un des axes principaux identifiés dans la planification stratégique pour assurer la pérennité du Dispensaire. Le comité des communications, dirigé par Jean-Marc Demers, a commencé à mettre en œuvre un plan. Il travaille à l'élaboration d'une nouvelle image de marque et au développement de nouveaux outils de communication, entre autres pour la campagne de financement et les événements spéciaux. Merci à l'Agence Braque pour toutes les heures de bénévolat données au Dispensaire.

## Projets spéciaux

### Informatisation du Dispensaire

Après les démarches initiales effectuées par la diététiste Jackie Demers, la diététiste Annie Brodeur-Doucet a pris le relais et, avec le soutien de Jean-Marc Demers et Daniel-Marc Paré du conseil d'administration, piloté le projet spécial d'informatisation du Dispensaire. Ce projet financé par la Fondation de la famille J.W. McConnell est un grand pas dans la modernisation du Dispensaire et continuera au cours de l'année 2013-2014. Nous remercions sincèrement la fondation de financer ce projet d'envergure.

### Panier à provisions nutritif

Mesure de la sécurité alimentaire, le Panier à provisions nutritif (PPN) du Dispensaire, offre aussi le potentiel de devenir un précieux outil d'éducation, autant pour le consommateur que pour des intervenants. Le Dispensaire explorera les possibilités de financement de ce projet.

### Le soutien financier à nos services aux mamans

Le financement des organismes à but non lucratif est de plus en plus un défi à relever. Le Dispensaire n'échappe pas à cette réalité. Il est de plus en plus difficile de trouver des bailleurs de fonds voulant financer les opérations d'un organisme : des projets spéciaux sont généralement les avenues à explorer pour augmenter nos sources de financement. Nous faisons face à un déficit depuis maintenant deux ans. Le conseil d'administration avait décidé de vivre avec ce déficit étant donné que la réserve financière accumulée au fil des ans par la réalisation de projets spéciaux nous permettait de maintenir le service offert aux mamans. Toutefois, un plan de redressement est en cours d'élaboration pour l'année 2013-2014.

Nous désirons remercier les gouvernements provincial, fédéral (Agence de santé publique du Canada) et municipal (Ville de Montréal) pour leur soutien indéfectible. Les subventions des paliers gouvernementaux se chiffrent à 694 282 \$, soit 44 % de notre budget. Sans leur précieux soutien, le Dispensaire ne pourrait venir en aide à autant de mamans dans le besoin.

Notre entente de trois ans avec Centraide prenait fin cette année. Celle-ci a été renouvelée pour deux ans avec une réduction de la subvention de 45 500 \$. Nous remercions les autorités de Centraide de leur appui depuis 1975.

Pour combler le reste de notre budget, nous bénéficions du soutien de fondations et de donateurs individuels qui répondent toujours à l'appel. Cette année, notre campagne de financement, le parrainage et les dons de fondations (Un merci spécial à Christina Smith pour son travail auprès des fondations) ont rapporté 150 643 \$, soit 37 916 \$ de moins que l'an dernier. Un grand merci à tous ceux et celles qui donnent généreusement, au comité de la campagne de financement dirigé par Sara Paré et à nos solliciteurs et sollicitieuses qui n'hésitent pas à faire appel à leur réseau pour atteindre nos objectifs.

Une nouveauté cette année. Notre comité des événements spéciaux a planché sur la première édition du « Lunch bénéfique de la fête des mères » dont les résultats se refléteront majoritairement en 2013-2014. Toutefois, les entrées d'argent avant le 31 mars 2013 reliées à cet événement apparaissent dans les données financières présentées aujourd'hui. Merci mille fois à notre présidente d'honneur, Jennifer Chan de Merck Canada, à nos ambassadeurs qui se sont lancés bravement dans cette première aventure, au comité organisateur qui, dirigé par Enriqueta Alvarez, était en ligne chaque lundi matin pour suivre l'évolution du projet, à l'agence Cava Rose pour ses bonnes idées et son professionnalisme et à tous les commanditaires et partenaires pour leur appui.

Merci aussi à Florence K, notre porte-parole, pour sa disponibilité. Elle était avec nous lors de la première édition du petit déjeuner des fêtes offert à nos solliciteurs et sollicitieuses pour les remercier de leur engagement et pour lancer notre campagne annuelle, a participé au « grand saut » télévisuel au nom du Dispensaire, nous a généreusement refilé certains

de ses honoraires et a accepté d'être notre invitée spéciale, avec sa mère, Natalie Choquette, au « Lunch-bénéfice de la fête des mères ».

Enfin, nous ne saurions passer sous silence la contribution renouvelée d'organismes qui, au fil des ans, organisent des activités au profit du Dispensaire. Impossible de les nommer tous ici mais soulignons la «Grande bouffe » du temps des fêtes de Téléfilm Canada, le fruit de la collecte d'un dimanche de décembre à l'Église unitarienne de Montréal et les dons de nombreuses églises.

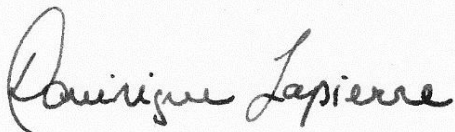
Nous voulons remercier nos bailleurs de fonds qui permettent à des milliers de bébés d'avoir un bon départ dans la vie et à leurs mamans de vivre leur grossesse de manière un peu plus sereine et mieux outillées aussi pour prendre soin de leur famille.

## Une année chargée à venir

L'année 2013-2014 sera aussi remplie que l'année 2012-2013. En plus de relever les défis au niveau du financement, le conseil d'administration planifie la relève de la direction générale pour l'automne. De nouveaux partenariats tant au niveau des fondations que des corporations seront explorés et les communications seront au centre des préoccupations afin d'assurer la visibilité du Dispensaire. À ce sujet, les prochaines étapes du comité des communications et marketing seront, notamment, la présentation d'un nouveau logo qui sera dévoilé sous peu, une utilisation plus marquée des médias sociaux et la mise à jour du site Web.

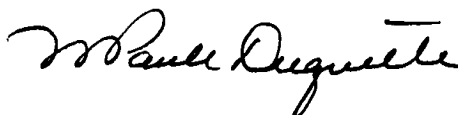
Avec nos remerciements réitérés à tous ceux et celles qui viennent d'être mentionnés, nous voulons aussi exprimer notre gratitude à nos dévoués bénévoles et partenaires pour leur inestimable contribution à l'œuvre du Dispensaire.

La présidente,



Dominique Lapierre

La directrice générale,



Marie-Paule Duquette

Le 18 juin 2013

## Le Dispensaire : de l'importance de bien accueillir!

Tout le travail du Dispensaire consiste à accompagner chaque femme enceinte qui vit en situation de pauvreté pour s'assurer, avec elle, que son bébé naisse en santé et qu'avec son conjoint – lorsqu'il est présent – elle puisse l'accueillir sereinement, bien outillée, malgré toutes les difficultés du moment.

C'est un fait connu que la situation socio-économique précaire de la mère fait courir un risque important à l'enfant de naître trop petit et de voir ainsi sa santé physique et mentale hypothéquée pour la vie. Dans ce cas, tout le monde en sort perdant :

- d'abord l'enfant qui aura à lutter fort pour rattraper son retard à la ligne de départ,
- puis sa famille qui l'élèvera avec plus de difficultés qu'un enfant en santé,
- et enfin, la collectivité qui devra lui fournir davantage de soins de santé et de services sociaux qu'à un enfant né de poids santé.

La mission du Dispensaire est donc de mettre tout en œuvre pour éviter la naissance de bébés faible poids. Il participe ainsi au mieux-être de toute la communauté.

### Une méthode unique : des résultats sans pareils

Le Dispensaire peut se targuer d'un taux de réussite sans pareil auprès de sa clientèle : de façon générale, les statistiques démontrent un taux d'insuffisance pondérale à la naissance d'au moins 10 % chez les femmes enceintes en situation de pauvreté. Ce taux, chez les clientes du Dispensaire, n'a été que de 4,6 % sur une période de trente ans (1983 à 2013). Nous obtenons des résultats tout aussi satisfaisants sur le taux de naissances prématurées. À partir de ces résultats, une évaluation réalisée à la fin des années 1990 nous permet d'affirmer qu'un dollar investi au Dispensaire procure à la communauté une économie d'au moins 8 \$ en soins de santé seulement.

La méthode d'intervention nutritionnelle mise au point au Dispensaire dans les années 1950, la « méthode Higgins »<sup>©</sup> du nom de sa conceptrice, consiste en l'établissement d'une relation privilégiée entre la femme enceinte démunie et sa nutritionniste. Le lien de confiance qui s'établit entre elles, tout au long des six rencontres prénatales et des trois en postnatal, permet à la nutritionniste de transmettre un message capital : la qualité de son alimentation est en lien direct avec sa propre santé, la santé de son enfant à naître et celle de sa famille, et ce, pour toute la vie!

#### 2012-2013 en bref!

≈ 2 000 femmes suivies

1 324 naissances

780 \$ par mère et bébé

Mais comment bien se nourrir quand on a peu d'argent, peu de connaissances en la matière, quand on est nouvellement arrivée au pays, qu'on a peu ou pas de repères ou qu'on est isolée?

Effectivement, les femmes desservies au Dispensaire font partie de groupes reconnus comme étant particulièrement touchés par la pauvreté :

- plus de 75 % appartiennent à une minorité visible;
- 50 % vivent ici depuis moins de deux ans;
- 43 % ont deux enfants et plus à nourrir;
- 15 % sont monoparentales;
- 14 % ont moins de 10 années de scolarité.

Les sources de revenu des femmes suivies en 2012-2013 se présentent comme suit :

- 40 % salaire insuffisant;
- 26 % sécurité de revenu;
- 22 % assurance-emploi;
- 6 % aucune;
- 6 % autre (prêts et bourses, économies, etc.)

## Suppléments alimentaires et vitaminiques, billets STM, et plus!

Lors de leur première rencontre, la nutritionniste évalue le profil nutritionnel de sa cliente. En regard du résultat obtenu, elle lui fait des recommandations, des conseils simples et adaptés à sa culture culinaire, qui l'aideront à améliorer son alimentation de façon à optimiser les apports caloriques et protéiques nécessaires au bon développement de son bébé. Ce sont plus de 80 % des femmes suivies au Dispensaire qui présentent des risques demandant des correctifs pour grossesse rapprochée, maigreur, stress, sous-alimentation, etc. C'est énorme.

Par ailleurs, comme les sources de revenu des clientes sont insuffisantes pour satisfaire leurs besoins alimentaires, le Dispensaire leur donne un litre de lait, un œuf, une cuillerée à table de graine de lin moulue et une multivitamine par jour. C'est la qualité du lien affectif développé entre la mère et son bébé, notamment au cours des rencontres avec la nutritionniste, qui offre la garantie au Dispensaire que la cliente prendra bien ces suppléments sans les offrir, en tout ou en partie, au reste de sa progéniture affamée. L'enjeu est important, et le message est passé!

Comme les clientes du Dispensaire habitent les quatre coins de l'île de Montréal, certaines se voient offrir des billets pour couvrir leur frais de transport en commun pour les consultations et pour les activités de groupe. Voilà un autre incitatif mis en place par le Dispensaire.

Une autre façon pour le Dispensaire d'aider ses clientes est de leur distribuer les denrées alimentaires fournies chaque semaine par Moisson Montréal. Un sac ou deux de fruits, légumes, yogourt, pain, etc. sont toujours les bienvenus.

Mais, au-delà du counseling nutritionnel et des aides « matérielles », le Dispensaire propose à ces clientes tout un éventail d'ateliers, d'outils et de ressources pour les soutenir, les informer, développer chez elles leurs habilités parentales tout en leur donnant l'occasion de rencontrer d'autres femmes enceintes et de découvrir, pour plusieurs d'entre elles, les us et coutumes de leur ville d'accueil.

### **Bienvenue aux papas!**

Durant les consultations avec la diététiste tout comme aux ateliers (sauf celui sur la contraception).

Et, s'ils ne sont pas au travail ou à l'école, nos papas participent : 400 papas, ≈ 950 présences.

## Qu'est-ce que cette grosse fleur verte?

Hé bien oui! Quand on est habitué de cuisiner le manioc ou la banane plantain, il n'est pas évident de savoir quoi faire d'un brocoli, d'une courge, d'une pomme ou d'une canneberge, ces drôles de fruits et légumes qui se trouvent sur les étals des marchands montréalais!

### **Les lundis : cuisine santé**

C'est pour cette raison que tous les lundis, des ateliers de cuisine santé à petits prix sont offerts, à moins que l'on propose un rallye découverte au marché Jean-Talon! Les nutritionnistes en profitent au passage pour rappeler les principes de base d'une saine alimentation, initient leurs clientes aux mets d'ici (les muffins, les biscuits au beurre d'arachide, les pâtés au saumon, les sauces à spaghetti, etc.) tout en valorisant les plats d'ailleurs (les fallafels, humus, riz collé, etc.). Et, pendant que ça mijote sur le feu, pourquoi ne pas prendre 10 minutes pour faire quelques pas de danse ou des exercices d'étirement!

### **Les mardis : ateliers et clinique d'allaitement**

Les mardis sont consacrés à l'allaitement. En counseling nutritionnel, les diététistes encouragent leurs clientes à considérer sérieusement l'allaitement, tant pour la qualité du lait maternel et ses bienfaits que pour sa gratuité et sa disponibilité. Pour les y préparer, deux ateliers sont présentés les mardis matins (« les avantages » et « les positions ») par deux sages-femmes et une éducatrice qui complètent ici l'équipe professionnelle du Dispensaire. En après-midi, les mamans qui rencontrent des difficultés avec l'allaitement peuvent venir consulter (bien que ce soit possible aussi tout au cours de la semaine). Au besoin, une visite à domicile peut être faite.

L'allaitement est une autre grande réussite du Dispensaire : plus de 95 % de nos mamans initient l'allaitement et 75 % d'entre elles allaitent encore après 6 mois. Quarante-sept pourcent de ces dernières le font de façon exclusive.



Résidents en pédiatrie, stagiaires en nutrition, en travail social ou en éducation spécialisée, ils sont nombreux les étudiants à s'intéresser au travail du Dispensaire et à passer une journée ou quelques mois avec nous. À l'occasion, ils préparent et offrent des ateliers d'appoint (« bébé a le rhume » « la jalousie entre frère et sœur », « établir une routine », etc.) souvent présentés les mardis après-midis, au profit et au grand plaisir de nos clientes.

D'ailleurs, admiratifs du travail accompli au Dispensaire, les résidents en pédiatrie du CHU de Sainte-Justine ont ouvert, il y a deux ans, un corridor de services vers leur clinique de continuité. Lorsque, clairvoyantes, nos intervenantes identifient des enfants qui présentent des conditions nécessitant un avis médical, elles peuvent les diriger vers cette clinique où ils seront suivis par une équipe mise en place par le Dr Marie-Hélène Lizotte.

### **Les mercredis : purées et tricot**

Après l'accouchement, la maman rencontrera encore trois fois en moyenne sa nutritionniste qui s'assurera que le bébé grandit bien. Quand son bébé a trois mois, la maman est rappelée pour suivre les ateliers sur l'introduction des solides et l'alimentation des 1 à 5 ans. C'est l'occasion de rappeler les recommandations du guide alimentaire canadien, pour bébé et pour toute la famille.

Les mercredis après-midis, depuis des années, sont réservés aux ateliers de tricot, occasions de rencontres tranquilles entre nos clientes enceintes ou allaitantes. Tandis que leurs bébés sont bien pris en charge à la halte-garderie du Dispensaire, qui fonctionne grâce à la contribution de bénévoles, nos mamans discutent accouchement et bébé, s'affairent et planifient des rencontres entre elles!

### **Les jeudis : préparation à l'accouchement, soins du bébé, etc.**

Ce jour-là, nos deux sages-femmes reprennent du service : ateliers de préparation à l'accouchement, contraception, soins du bébé, premiers soins, massage du bébé, etc. C'est la journée des bébés ! Une journée très courue.

### **Les vendredis : activités spéciales ou sorties récréatives**

C'est vendredi, on relâche! Cette journée est prévue pour célébrer les fêtes (Noël, Saint-Valentin, fête des mères, Halloween, etc.), pour chanter (Maria Revilla de la Bibliothèque des jeunes du quartier Peter McGill anime une fois par mois un atelier de contes pour enfants) et pour sortir... en hiver, dans les musées ou pour faire de la luge, visiter l'hôtel de glace... en été, dans les parcs, sur les sites des festivals, au Vieux-Montréal et au Vieux-Port, à l'automne, au Jardin botanique...

### **Une semaine bien remplie**

Tous ces ateliers ont vu le jour il y a 16 ans, sous l'initiative de notre directrice, Marie-Paule Duquette, qui célèbre cette année sa 45<sup>e</sup> année de travail au Dispensaire. Les ateliers ont pour but non seulement de compléter le travail des nutritionnistes, mais de l'enrichir d'une dimension sociale et d'intégration offrant à nos clientes des occasions de sortir de leur isolement, de se créer un réseau d'amies, de mieux connaître leur ville, de prendre leurs repères et d'être plus rassurées quand viendra le moment pour elles d'accueillir leur bébé dans ce monde qu'elles maîtriseront mieux.

Avec comme point d'ancrage la nutrition périnatale dont il détient l'expertise, l'approche du Dispensaire en est donc une d'éducation et d'accompagnement pour couper court, dès avant la naissance, aux méfaits que peut causer la pauvreté. Après son passage au Dispensaire, chaque femme, et avec elle chaque papa accompagnateur, en ressort remplie d'acquis et de connaissances qui amélioreront de façon indéniable la qualité de vie de sa famille.

## Autres activités

Bien que les services aux mamans et à leurs bébés soient au cœur de l'action du Dispensaire, nombre d'activités connexes y sont associées, que ce soit en **recherche et évaluation**, en **formation** ou en **communication**.

## RECHERCHE ET ÉVALUATION

### Évaluation de nos services

Au Dispensaire, l'évaluation de la qualité des services fournis à la clientèle a toujours été une priorité. Au cours des années 1980, avec l'accessibilité aux ordinateurs, la base de données *Question & Answer* a été utilisée pour permettre de recueillir les paramètres fournis par les diététistes au sujet de chaque cas suivi, facilitant la vérification et l'analyse de l'issue des grossesses. Par la suite, les informations sur papier de l'ensemble de nos autres activités – ateliers de groupe, campagnes de financement, etc. – ont progressivement été intégrées dans ce système adapté aux besoins du Dispensaire.

La grande nouveauté du projet présentement en cours, subventionné par la Fondation de la famille J.W. McConnell, est de pousser plus avant l'informatisation du Dispensaire, i.e. sans passer par le papier. Comme pour nos premiers pas en informatique, il y a une trentaine d'années, cette démarche touche dans un premier temps les éléments propres à l'application de la « méthode Higgins »<sup>®</sup>, de l'inscription de la cliente, au suivi de la grossesse puis à celui du bébé, le tout en respectant la confidentialité et la sécurité des données et en maintenant le chaleureux climat de counseling propre à favoriser l'issue favorable des services du Dispensaire. Une fois ce défi dûment relevé, nos autres activités seront de même intégrées au système. Au bout du compte, toutes les données statistiques requises pour l'évaluation de nos services seront aisément disponibles.

Une fois complétée, cette évolution à l'interne aura pourvu le Dispensaire de moyens pour rayonner davantage à l'extérieur de ses murs. Les résultats d'un sondage pancanadien mené auprès des diététistes et des organismes du Programme canadien de nutrition prénatale ont fait voir que 93 % des répondants seraient intéressés à l'information et la formation que le Dispensaire pourrait leur fournir par voie virtuelle. Toutefois, ces répondants ont aussi identifié comme un obstacle à de tels services leur coût éventuel de même que le temps à y consacrer. Mener à terme la réalisation de ce projet de rayonnement passera par la nécessaire recherche de partenaires.

### Recherche-action

Outre l'évaluation de nos services qui, elle, relève du quotidien, des activités régulières de recherche-action prennent place, à différents rythmes, au Dispensaire. Ainsi :

- le relevé du prix des aliments pour le « Coût du Panier à provisions nutritif » revient trois fois l'an (en janvier, mai et septembre);
- le relevé du coût des autres biens et services est, lui, effectué en juin pour la publication du « Budget de subsistance et budget de confort minimum » à l'automne;
- le décompte des aliments de dépannage fournis à nos familles est fait en tant que notre collaboration à la publication « La faim en chiffres » de Moisson Montréal. Cette année, 461 familles, i.e. 1 407 personnes ont reçu de la nourriture de dépannage du Dispensaire durant le mois de mars. Parmi ces familles, 6 % étaient sans revenu, 3 % vivaient chez des parents ou des amis ou dans un refuge d'urgence;
- une enquête téléphonique sur la participation de nos mamans à nos activités de groupe est réalisée une fois par année. Menée par les étudiants en médecine de l'Université McGill (*Community Health Alliance Program - CHAP*), cette enquête alimente nos rapports d'activités en sécurité alimentaire au CSSS de la Montagne et à la Ville de Montréal.

### Sécurité alimentaire

En plus de ces activités régulières, des projets spéciaux additionnels sont souvent au menu du personnel du Dispensaire. Ainsi, au cours de l'exercice 2012-2013, c'est de nouveau le dossier de la sécurité alimentaire qui a fait l'objet de telles activités avec notre panier à provisions nutritif (PPN) en tant qu'un outil d'évaluation de la sécurité alimentaire. Alors que s'est terminé le projet réalisé dans la région de la Baie James, celle de Lanaudière se prépare à vérifier le coût du PPN sur son territoire l'automne prochain.

## Coût du PPN dans les communautés cries

Le rapport du projet « *ACCESS TO A NUTRITIOUS FOOD BASKET IN EEYOU ISTCHEE* » a été déposé en mars 2013. Ce projet des nutritionnistes de la Baie James a fait voir que, dans les magasins de la région, le coût du PPN s'avère le plus élevé observé jusqu'à maintenant dans nos études, représentant jusqu'à 80 % du revenu des familles à faible revenu. Une différence statistiquement significative a été observée selon que les communautés cries sont plus ou moins éloignées : le coût du PPN était plus élevé dans les quatre communautés situées très à l'ouest, sur la côte de la baie, comparativement aux cinq plus proches, dans les terres.

## SVPNUTRITION

Notre service virtuel périnatal en nutrition – *SVPNutrition* – est rendu possible grâce à une subvention de l'Agence de la santé publique du Canada.

Ce service appartient à nos activités de recherche autant que de formation :

- **recherche** dans la documentation scientifique pour nourrir les usagers d'informations crédibles sur les divers sujets qui touchent leurs préoccupations dans les soins qu'ils prodiguent à des mères et des enfants;
- **formation** des usagers du service, des intervenants des organismes communautaires œuvrant en périnatalité au Québec.

À la suite d'une évaluation de ce service interactif menée auprès des usagers, des modifications techniques et visuelles lui ont été apportées afin de le rendre plus dynamique et convivial, notamment au moyen d'info-lettres et de l'usage des médias sociaux.

Au cours de l'exercice 2012-2013, le nombre des usagers actifs est passé à 80. Ces derniers, qui œuvrent dans 51 organismes situés dans 15 régions socio-sanitaires du Québec, ont eu accès à :

- 31 questions et réponses mises en ligne, dont 11 nouvelles au cours de l'année;
- 16 infolettres;
- cinq sessions de formation en webinaires.

## FORMATION

Le 7 février 2013, la diététiste Véronique Ménard a donné le cours « Problématique de la femme enceinte en milieu défavorisé : approche du Dispensaire », d'une durée de trois heures, aux étudiants en diététique et nutrition de l'Université de Montréal.

Au cours de l'année, le Dispensaire a accueilli des étudiants dans les domaines socio-sanitaires suivants :

- **diététique et nutrition** : quatre étudiantes, deux de l'Université de Montréal et deux de l'Université McGill, pour un stage de six semaines en nutrition communautaire;
- **pédiatrie sociale** : 33 résidents ont été avec nous en général une journée d'observation – un atelier sur l'allaitement et entretiens de counseling nutritionnel;
- **technique sociale** : deux étudiantes du Cégep du Vieux-Montréal, en stage au rythme de quatre jours par semaine durant 20 semaines;
- **éducation spécialisée** :
  - une étudiante du Cégep Marie-Victorin, au rythme d'un jour par semaine durant 10 semaines;
  - quatre étudiantes du Cégep du Vieux-Montréal pour un stage de 20 heures.

À la demande du Groupe-conseil Saint-Denis, une étudiante en bureautique a été avec nous durant 20 jours.

### Formation continue de notre personnel

Pour qu'il puisse continuer de faire école, le Dispensaire consacre du temps à la formation continue de son personnel, que ce soit à l'interne ou hors de ses murs. C'est ainsi que l'équipe des intervenantes :

- échange lors du club de lecture qui se réunit une fois aux deux semaines;
- a rencontré à trois reprises une résidente en pédopsychiatrie pour des discussions de cas à risque;
- ont suivi la formation de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec sur la tenue de dossiers des clientes ;
- s'est inscrite à des sessions de formation organisées par des organismes externes.

## COMMUNICATION

Nos études sur le coût du PPN suscitent de l'intérêt qui se fait ressentir autant dans les médias que par la demande d'exposés au sujet du budget d'alimentation des ménages.

### Dans les médias

À la radio de Radio-Canada, le Dispensaire a participé à une émission sur l'alimentation à bon compte.

Dans son communiqué de presse du 12 septembre au sujet du programme « Merck pour les mères », la compagnie a mentionné le Dispensaire comme un des sites où son personnel a offert une journée de bénévolat.

La diététiste Hélène Laurendeau, ex-membre du conseil d'administration du Dispensaire, a fait état des résultats de l'étude du coût du PPN à Montréal dans l'article « L'alimentation à deux vitesses, une réalité » paru dans le Ricardo magazine en janvier dernier.

Andrée Cousineau, une étudiante en journalisme, est venue au Dispensaire préparer une vidéo sur la lutte à la pauvreté et à l'insécurité alimentaire qui en découle.

### Présence dans les médias sociaux

En mars, le Dispensaire a converti sa page *Facebook* individuelle en page professionnelle afin de pouvoir mieux informer nos amis et partenaires de nos projets. Cette nouveauté est accessible sur le site <https://www.facebook.com/dispensairedietetiquede.montreal>.

### Conférences, représentations, etc.

L'expertise des diététistes du Dispensaire a été mise à contribution pour donner des conférences à divers groupes. Ainsi :

- le 26 avril, les résultats de notre « Étude sur les pratiques et perceptions liées à l'alimentation » ont été présentés à la Table de concertation du CSSS Champlain;
- l'atelier « Bien manger à petit prix » a été présenté :
  - auprès de quatre groupes d'une vingtaine de femmes monoparentales inscrites à un programme d'orientation et de recherche d'emploi financé par Emploi Québec;
  - le 16 novembre, à un groupe de femmes de l'« Accueil aux immigrants de l'Est de Montréal »;
  - 13 mars, à des familles AMI Québec (*Action on Mental Illness*), établissant le lien entre la nutrition et la santé mentale;
- le 11 octobre, l'atelier « Alimentation de la femme enceinte » a été présenté à un groupe de jeunes femmes de L'Envol.

Pour sa part, la directrice générale a présenté les résultats de l'« Étude sur la détermination du coût du PPN dans trois régions du Québec » :

- le 6 mai, devant le Rapporteur spécial des Nations Unies sur le droit à l'alimentation, Monsieur Olivier De Schutter, soulignant les enjeux d'une alimentation déficiente en milieu défavorisé;
- le 24 mai devant le Comité d'action en sécurité alimentaire de Laval (CASAL);
- le 28 mai, à la Table de concertation sur la faim et le développement social du Montréal métropolitain;
- le 14 septembre, au groupe-conseil des partenaires pour la solidarité auprès du ministre de la Solidarité sociale et du Revenu;
- le 20 septembre, devant le Groupe de réflexion et d'action en sécurité alimentaire de Parc-Extension (GRASAPE), sur les enjeux de l'établissement d'un système alimentaire sain et durable dans le quartier Parc-Extension.

Enfin, des employées se sont déplacées à 30 reprises pour présenter le travail du Dispensaire à des groupes d'employés dans le cadre de la campagne annuelle de Centraide.

### Intra-muros

Comme chaque année, en 2012-2013, le Dispensaire a ouvert sa porte pour accueillir une vingtaine de visiteurs. Il s'agit d'individus et de groupes qui souhaitent une collaboration ponctuelle, font le suivi dans le cadre de subventions dont bénéficie le Dispensaire ou simplement viennent se familiariser avec les activités de notre organisme.

## Nos bénévoles

Tous les jours, des bénévoles donnent de leur temps au Dispensaire. Cette année, nous avons pu compter sur 285 personnes qui, de façon régulière ou ponctuelle, nous ont fait bénéficier de leurs talents durant plus de 20 000 heures consacrées à différentes tâches inhérentes au bon fonctionnement de notre organisme. De plus, 120 autres bénévoles œuvrent pour nos mamans à l'extérieur de nos murs. Voici quelques exemples parmi tant d'autres.

### Soutien administratif

*Réception, entrée de données sur ordinateur, classement de dossiers, etc.*

- 23 étudiants, du secondaire à l'universitaire, dont trois étudiantes en médecine de McGill, via le *Community Health Alliance Program (CHAP)*.
- Dans l'esprit de l'initiative mondiale « Merck pour les mères », 6 employés de Merck Canada, dont Cyril Schiever, président et directeur général, ont donné une journée de bénévolat au Dispensaire.
- KPMG à l'œuvre : 6 employés libérés une journée pour notre « opération ménage ».
- Des ex-clientes, des travailleurs et des retraités comme : Gail Ewan, Muriel Godard et plusieurs autres.

### Soutien au counseling

*Mouture de la graine de lin, tri des aliments, comptage des vitamines, tricots, etc.*

- Michael Rowland, de la Maison Les Étapes : tri des aliments et jardinier.
- Marie-Lucette Jourdain : organisation du dépôt de vêtements de maternité.
- Ann Purtill : comptage régulier de vitamines.
- M<sup>mes</sup> Dugas, Guilbert, O'Hanley, Saint-Louis et d'autres dames aux doigts agiles qui cousent et tricotent pour nos mamans et leurs enfants.

### Soutien aux activités de groupe

*Aide à la halte-garderie, courses, lavage et tri des vêtements de seconde main, relance téléphonique, soutien aux ateliers et à la « clinique » d'impôt », etc.*

- D'ex-clientes (30) parmi lesquelles Marie-Lucette Jourdain, Atiqa Oummih, Fatima Lalaoui, Assa Bagayogo, Maria Salti, Belinda Sheppard, Stella Torniyoshi, Ernestine Pierre etc.
- Stéphanie Sandberg : assistance au tricot et à la garderie.
- La conteuse Maria Revilla de la succursale Atwater de la Bibliothèque des jeunes de Montréal.

### Service de transport

*Cueillette des aliments et transport de dons divers*

- Carlos Bustamante et Pierre Choquette.
- Plusieurs membres du conseil et du personnel se prêtent au jeu au besoin.

#### **Opération « Noël » – Environ 340 familles (750 enfants)**

- Le Fonds de Noël de *The Gazette* (163 familles).
- Dons en argent – La Grande Bouffe des employés de *Téléfilm Canada*.
- Préparation et/ou livraison de 87 paniers de Noël – Service de garde de l'École alternative Jonathan, l'Association des pompiers de Montréal, 28 individus ou groupes d'individus, une vingtaine de bénévoles de la Jeune chambre de commerce de Montréal et du Centre d'action bénévole de Montréal.
- Collecte de jouets – *CHM Communications Inc.* en collaboration (un café *Second Cup*, la *LCC Community* incluant le patin avec le Père Noël, etc.); le Thé Jouet 2012, etc.
- Collecte de nourriture et autres dons – Rio Tinto Alcan, Place Alexis-Nihon, *Tim Hortons*, Moisson Montréal, l'Association des étudiants de l'Université de Montréal, Les Gardelunes et Les Minous de mamie (garderies), François Paré et plusieurs autres.
- Quête spéciale en décembre – Église unitarienne de Montréal et la *Guild of the Church of St. Andrew and St. Paul*
- Préparation de 60 bas de Noël et dons divers – Membres de l'ex-*In His Name Society*.

## Nos partenaires

Quelque 70 organismes partenaires soutiennent avec fierté l'action du Dispensaire. Ils participent ainsi à l'amélioration de la qualité de vie des familles et ont un impact positif sur l'ensemble de la communauté montréalaise. Soulignons entre autres...

### ... pour le financement, nos partenaires institutionnels :

- Centraide
- Gouvernement du Québec (MSSS, CSSS de la Montagne)
- Agence de la santé publique du Canada (Programme de nutrition prénatale)
- Ville de Montréal
- Fondations (19)

### ... pour le financement par des entreprises :

- Canal V – participation de Florence K à l'émission « Le grand saut »
- Telefilm Canada – *Grande bouffe des Fêtes*
- *Programme Atout Cœur* of Gaz Métro
- Agence Braque inc.

### ... pour le don de biens (valeur estimée : plus de 600 000 \$) :

- Moisson Montréal – 24 000 kg par année de provisions alimentaire hebdomadaires
- Première Moisson – savoureux pain frais du jour, deux fois par semaine
- *Beaconsfield Social Action Group* – nourriture, layettes, vêtements d'enfants, etc.
- L'Assistance maternelle – jolies layettes
- *Cedar Park Girl Guides* – articles de bébé pour la Fête des mères
- Friperie des Amis – meubles et vêtements pour bébés
- Maternité Shirley K Thyme – vêtements de maternité
- La Mère Hélène – vêtements de maternité et d'enfants, couches lavables
- Phizer – vitamines
- Pharmaprix, place Alexis-Nihon – articles divers
- Les producteurs laitiers du Canada – fromages
- Plusieurs églises et de nombreux individus – vêtements, jouets, articles de bébés, etc.

### ... pour le don de services :

- *CHM Communications Inc.* – depuis 31 ans, organisation avec ses partenaires de la cueillette de jouets pour le Noël des enfants du Dispensaire ((<http://www.chmcommunications.com>))
- Transport Lecavalier – transport hebdomadaire de notre cueillette chez Moisson Montréal
- Témoin Production – soutien technique audio et télévisuel, etc.
- Agence de Revenu Canada et Revenu Québec – bénévoles pour la période des impôts
- Agence Braque inc. – campagne de financement 2012-2013, graphisme, etc.
- DAA stratégies – consultant en étude de marché par sondage
- Le site Web « Maman pour la vie »
- Dr Marie-Hélène Lizotte, pédiatre, et son équipe – temps de consultation pour les nourrissons du Dispensaire

### ... pour le partage d'idées et d'expertise :

- Comité sous-régional en allaitement maternel
- Comité scientifique de la Fondation OLO
- Comité sur la sécurité alimentaire – Diététistes du Canada
- Conseil des femmes de Montréal
- Interaction du quartier Peter-McGill
- Sous-comité de la Table locale 0-5 ans – environnements favorables
- Réseau universitaire intégré de santé (RUIS) McGill
- RUIS McGill - Comité Mères, enfants et jeunes
- Réseau local de soutien en allaitement pour le territoire du CLSC Métro

## Profil de la clientèle

<b>Références</b>	<b>1 287</b>	<b>Pays d'origine</b>
99 % Grossesse		46 % Afrique
1 % Autres		14 % Asie
<b>Sources des références</b>		13 % Canada
64 % Cliente personnellement	<b>832</b>	12 % Antilles
32 % Établissements du MSSS	<b>411</b>	7 % Mexique, Amérique Latine
Centres hospitaliers (17)		5 % Moyen-Orient
- Royal Victoria (4)		3 % Europe
- de Montréal pour enfants (3)		<b>Âge</b>
- Sainte-Justine (3)		1 % Adolescentes 14-17
- Saint-Luc (3)		1 % Adolescentes 18-19
- Autres (4)		10 % Adultes 20-24
CSSS (394)		57 % Adultes 25-34
- Ahuntsic/Montréal-Nord (111)		31 % Adultes 35-54
- St-Léonard/St-Michel (56)		<b>Scolarité</b>
- Lucille-Teasdale (49)		75 % 12 ans et plus
- Bordeaux-Cartierville/St-Laurent (42)		11 % 11 ans
- La Pointe de l'Île (35)		6 % 10 ans
- Jeanne-Mance (32)		8 % 9 ans et moins
- Sud-Ouest/Verdun (26)		<b>État civil</b>
- Dorval/Lachine/LaSalle (22)		83 % Mariées, union de fait
- De la Montagne (12)		15 % Célibataires
- Autres (9)		2 % Divorcées, séparées, veuves
2 % Organismes communautaires	<b>24</b>	<b>Langue</b>
- Mission Bon Accueil (4)		76 % Français
- Hirondelle (3)		21 % Anglais
- Autres (17)		2 % Espagnol
2 % Médecins	<b>20</b>	1 % Autres
<b>Lieux de résidence</b>		<b>Type des familles</b>
97 % Montréal-Centre (1 249)		85 % Biparentales
- Ahuntsic/Montréal-Nord (274)		15 % Monoparentales
- St-Léonard/St-Michel (167)		<b>Taille des familles</b>
- Bordeaux-Cartierville/St-Laurent (164)		6 % Personne seule
- Sud-Ouest/Verdun (125)		35 % Deux personnes
- De la Montagne (116)		32 % Trois personnes
- Lucille-Teasdale (116)		18 % Quatre personnes
- La Pointe de l'Île (78)		6 % Cinq personnes
- Dorval/Lachine/LaSalle (67)		3 % Six personnes et plus
- Jeanne-Mance (52)		<b>Gravida</b>
- Cavendish (52)		26 % Primipare
- Cœur de l'Île (25)		31 % Deuxième grossesse
- Ouest de l'Île (13)		21 % Troisième grossesse
2 % Laval (14) et autres (8)		22 % Quatrième grossesse et plus
1 % Montérégie (16)		<b>Source de revenu</b>
<b>Profil de risques – « méthode Higgins »<sup>®</sup></b>		40 % Salaire insuffisant
43 % Sous-alimentation		26 % Sécurité du revenu
28 % Antécédents défavorables de grossesse		22 % Assurance-emploi
20 % Gain de poids insuffisant		6 % Aucun revenu
11 % Grossesse rapprochée (moins d'un an)		6 % Autre
9 % Stress émotif sévère		
8 % Maigreux		
7 % Dépendance (tabac, alcool, drogues)		
5 % Vomissements incoercibles		
Correctifs, en calories et protéines		
38 % Multiples		
39 % Un		
23 % Aucun		

# Statistiques – 1<sup>er</sup> avril 2012 au 31 mars 2013

## SERVICE DE COUNSELING PRÉNATAL ET DE SOUTIEN À L'ALLAITEMENT

<b>Sommaire</b>	<b>Prénatal avec supplément</b>	<b>Prénatal sans supplément</b>	<b>Prénatal Total</b>	<b>Allaitement avec supplément *</b>	<b>Counseling nutritionnel Total</b>
Cas reportés (mars 2012)	375	20	<b>395</b>	158	<b>553</b>
Nouveaux cas	1 214	73	<b>1 287</b>	817	<b>2 104</b>
Total	1 589	93	<b>1 682</b>	975	<b>2 657</b>
Cas fermés	1 243	81	<b>1 324</b>	789	<b>2 113</b>
Cas reportés (mars 2013)	346	12	<b>358</b>	186	<b>544</b>

\* 96 % des mamans du Dispensaire initient l'allaitement. Toutefois, 23 % d'entre elles ne se prévalent pas du suivi nutritionnel après la naissance de leur bébé.

### PROFIL DES SERVICES

#### Supplément alimentaire

152 219 litres de lait

11 565 douzaines d'œufs

300 000 comprimés de supplément de vitamines et minéraux

625 kilogrammes de graine de lin

229 217 \$ coût annuel, supplément alimentaire, clientes enceintes

36 422 \$ coût annuel, supplément alimentaire, clientes allaitantes

200 \$ coût du supplément alimentaire par cliente, pré- et postnatal

580 \$ coût des services (sauf suppléments) par cliente et bébé

#### Entrevues selon la « méthode Higgins »<sup>©</sup>

2 104 entrevues initiales

7 806 entrevues de contrôle

27 visites à domicile

5,6 entrevues par femme enceinte, avec supplément

2,1 entrevues par femme enceinte, sans supplément

3,5 entrevues par femme allaitant, avec ou sans supplément

#### Clinique d'allaitement / Soutien social

51 demi-journées

1 562 interventions

631 clientes

199 visites à domicile

**1 325 naissances - Faible poids : 3,2 % - Prématurité : 4.5 %**

**Plus de 75 % de nos mamans allaitent au moins six mois.**



## ACTIVITÉS DU GROUPE DES MAMANS

ATELIERS	Activités (n)	Thèmes * (n)	Présences (n total)	Présences par activité	Mères (n)	Maris/acc. (n)
Attendre un bébé	70	3 ■	852	12	446	39
Se préparer à allaiter	67	2 □	841	13	526	23
Alimentation du bébé	53	3 ▲	439	8	258	22
Habilités parentales	37	4 ▼	372	10	225	35
Santé de la mère	37	5 ◆	294	8	206	10
Sécurité alimentaire	35	5 ◇	334	9	142	9
Tricot	50	1	674	13	178	10
Réseautage	30	18 *	328	11	163	21
<b>Total</b>	<b>379</b>	<b>41</b>	<b>4 134</b>	<b>11 **</b>	♥	♥

\* Le symbole correspond à la liste des thèmes ci-dessous.

\*\*Nombre moyen de présences par atelier.

♥ 1 155 individus (mères et accompagnateurs) ont participé aux activités.

**Nombre moyen d'activités fréquentées par participante : 3,6**

### THÈMES DES ATELIERS

#### ■ ATTENDRE UN BÉBÉ

- Grossesse en santé-Exercices prénatals
- Les étapes de l'accouchement
- Les soins du nouveau-né

#### □ SE PRÉPARER À ALLAITER

- Avantages de l'allaitement
- Les positions d'allaitement

#### ▲ ALIMENTATION DE L'ENFANT

- Introduction des aliments complémentaires
- Préparation des purées pour bébé
- Alimentation de 1 à 5 ans

#### ▼ HABILETÉS PARENTALES

- Massage de bébé
- Premiers soins d'urgence
- Berceuses et comptines
- Le « métier » de parent

#### ◆ SANTÉ DE LA MÈRE

- La contraception pour la nouvelle mère
- Danser et bouger... après la naissance
- Belle, fine et capable!
- Diabétique ou à risque?
- Atelier créatif

#### ◇ SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

- Cuisine santé
- Délicieuses économies
- Visite du Marché Jean-Talon
- Cuisine collective
- Dégustation santé

### \* RÉSEAUTAGE INTÉGRATIONNEL ET INTERCULTUREL

**Tricot**, les mercredis après-midi

#### 7 fêtes

- Fête de fin d'année
- Saint-Valentin
- Fête des mères
- Brunch « Journée internationale de la femme »
- À la découverte de mets d'ailleurs
- La fête des pommes
- La citrouille en vedette

#### 11 sorties culturelles

- Bibliothèque du Père Ambroise (2)
- Musée des beaux-arts de Montréal (4)
- Musée de Lachine
- Biodôme
- Festival international de jazz de Montréal
- Festival OUMF Quartier latin
- Crèches de Noël à l'Oratoire Saint-Joseph

#### 12 sorties plein air

- Baignade (5)
- Pique-niques (3) dans les parcs
- Jardin botanique (2)
- Visite du Vieux Port
- Lancement de la campagne de Centraide

#### Halte-garderie

284 périodes  
394 enfants  
1 407 présences  
5 enfants par période

**Empowerment - 2 500 heures de bénévolat – 30 clientes**

### PLUS...

Déclarations d'impôt : ≈ 800 pour environ 400 personnes.

Urgences : 400 à 500 secours d'urgence par mois.

Noël : ≈ 250 familles (432 enfants) ont reçu un panier de Noël et des présents.  
≈ 130 familles (300 enfants) ont reçu des présents



## IN MEMORIAM

M. Michael Ackerman

M<sup>me</sup> Thérèse Bouffard

M<sup>me</sup> Christine Chabin

M. Denis Deslandes

M<sup>me</sup> Diane Faubert

M. Jean-Louis Langlois

M<sup>me</sup> Madeleine Pelletier

M. William L. Ridley

M. Bernard Roy

M<sup>me</sup> Rolande Claire Sentenne

M<sup>me</sup> Marcelle Surprenant-Pinsonneault

M<sup>me</sup> Lucille Trudel-Thibault

M. Jack Hood Vaughn

M<sup>me</sup> Gabrielle Vermette-Bienvenue