dispensaire
diététique de Montréal

RAPPORT À LA COMMUNAUTÉ 2017 2018

TABLE DES MATIÈRES

MOT DU PRÉSIDENT ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE 3

UNE ORGANISATION EN PLEINE ÉVOLUTION, TOURNÉE VERS L'AVENIR 4

LE DISPENSAIRE AU SERVICE DES FEMMES ENCEINTES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ 5

LA NUTRITION SOCIALE ET SON IMPACT DANS LA VIE DES FEMMES ENCEINTES SUIVIES AU DISPENSAIRE 11

L'EXPERTISE DU DISPENSAIRE AU SERVICE DE LA COMMUNAUTÉ 12

AGIR AVEC NOS PARTENAIRES DANS DES ENJEUX LIÉS À LA PÉRINATALITÉ ET AUX CONDITIONS DE VIE DE NOTRE CLIENTÈLE ET DE NOTRE COMMUNAUTÉ IMMÉDIATE 14

FINANCEMENT ET COMMUNICATIONS 15

L'ÉQUIPE DU DISPENSAIRE (EN DATE DU 31 MARS 2018) 19

M. JEAN-MARC DEMERS
PRÉSIDENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Mme JACKIE DEMERS, D.T.P.
DIRECTRICE GÉNÉRALE

MOT DU PRÉSIDENT ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Cette année, ce sont 867 femmes qui ont partagé avec nous une partie importante de leur vie, ce passage vers la vie de parents, la période de la naissance de leur enfant, en venant chercher informations, soutien, références, denrées et amies auprès de nos services et activités en nutrition sociale.

Cela s'est fait grâce à notre toujours aussi dévouée équipe de personnel, de bénévoles et d'administrateurs. Mais cette année, l'engagement de notre équipe a été particulièrement notable, car en plus de continuer d'offrir un service personnalisé et de haute qualité à ces femmes et à leur famille, afin d'influencer positivement leur vie, elle s'est mobilisée pour faciliter l'accès aux services, revisiter son approche, bonifier les outils de gestion, s'autoévaluer et penser à son avenir.

L'exercice 2017-2018 marquant la fin d'un cycle de transition, cette 3e année de plan d'action nous a assurément permis de nous tourner vers le futur.

L'année a démarré par le lancement d'un chantier intensif sur la nutrition sociale. S'inscrivant en continuité avec le travail des dernières années, ce chantier visait à actualiser, consolider ou définir les pratiques du Dispensaire en nutrition sociale, à poursuivre le développement d'un mode de travail plus collaboratif, à intégrer l'évaluation à même notre approche et à structurer le développement des membres de l'équipe. En parallèle et en cohérence avec ce travail, nous avons poursuivi le développement de collaborations pour favoriser l'accès aux services. C'est ainsi que des femmes enceintes en situation de vulnérabilité ont pu bénéficier de nos services au-delà de notre maison de la rue Lincoln, grâce à la présence de nutritionnistes chez des organismes partenaires : Rond-point pour les femmes enceintes ayant un contexte familial de dépendance, Médecins du monde pour les femmes enceintes migrantes à statut précaire, à la Résidence du YMCA où sont hébergés temporairement les demandeurs d'asile, les Fourchettes de l'espoir pour la clientèle du secteur de Montréal-Nord et Mon resto St-Michel pour la clientèle de ce quartier.

C'est en mode collaboration et de réponse aux besoins que ces services se développent avec les acteurs des différents milieux parce que les besoins y sont particulièrement importants et que les conditions y sont propices.

Notre lieu principal d'activités demeure toutefois la maison Agnès C. Higgins dans le quartier Peter-McGill et cette année nous avons travaillé à obtenir les données pour guider nos investissements en vue de préserver cet immeuble et de réfléchir à la localisation de nos services. Comme il s'agit non seulement d'un lieu, mais d'un élément important dans notre capacité d'accueil familial, le fruit de ces démarches fera partie de la collecte utile à la planification stratégique.

Un comité *ad hoc* a d'ailleurs amorcé la planification stratégique à l'automne puisqu'avec l'ampleur des changements internes vécus depuis 2013, nous sentions qu'il était nécessaire de faire le point, de recadrer nos actions et de poser un nouveau regard sur notre avenir. Cette démarche se poursuit, mais elle nous a permis en toute fin d'exercice d'adopter nos énoncés de vision et de mission. Ceux-ci illustrent bien comment le Dispensaire a voulu cette année se concentrer sur l'objectif de bâtir un meilleur avenir : pour lui-même, mais surtout pour les femmes, les enfants et les familles qu'il soutient.

Sur le plan du financement, l'année 2018 a été exceptionnelle, car en plus du maintien des sources de financement principales comme Centraide, l'Agence de santé publique du Canada, le Ministère de la Santé et des Services sociaux et la Ville de Montréal, nous avons bénéficié de dons majeurs, en titres et par legs, enregistré un record pour notre 5e édition du lunch bénéfice de la fête des Mères, organisé une première édition du défi sportif et obtenu l'adhésion de 4 partenaires de vie. Bref, la mise en place du calendrier d'activités de financement a été concluante pour cette année. Le soutien matériel et collaboratif de la Fondation OLO et de Moisson Montréal demeurent d'importants atouts dans la mise en œuvre de notre mission.

La première course des bébés a, quant à elle, suscité un intérêt médiatique particulier en novembre, nous permettant ainsi de mettre en lumière tant la réalité des grossesses en contexte de précarité à Montréal que notre action pour y répondre. Notre programme Nourrir la vie a connu une progression de son membership et un bon rayonnement grâce à la publication d'articles et de citations de référence.

La production et la diffusion du guide *Découvrir le monde et ses diverses saveurs*, un projet lancé à l'automne, a aussi contribué à accroître le rayonnement de notre expertise. Cet outil de référence pour tous les intervenants en périnatalité du réseau de la santé et des services sociaux ou du milieu communautaire qui œuvrent en contexte multiculturel partout au Québec, co-réalisé avec la Fondation OLO, auquel des familles du Dispensaire ont participé activement pour la validation du contenu, illustre bien la manière dont nous souhaitons partager notre expertise et collaborer afin de promouvoir le bien-être des familles.

Nous sommes donc heureux de vous présenter un bilan riche de cette année qui ouvre la voie à la poursuite de la mission actualisée du Dispensaire : intervenir par la nutrition sociale auprès des femmes enceintes vulnérables pour favoriser la santé optimale de leur bébé, une femme enceinte, un enfant, une famille à la fois et ce, dans le but d'accomplir notre vision : offrir à chaque enfant une chance égale de se réaliser pleinement.

UNE ORGANISATION EN PLEINE ÉVOLUTION, TOURNÉE VERS L'AVENIR

Dans le cadre de la définition de ses orientations stratégiques 2018 -2021, amorcée à l'automne 2017, le Dispensaire a repensé l'énoncé de sa vision et de sa mission.

Vision : Offrir à chaque enfant une chance égale de se réaliser pleinement.

Mission : Intervenir par la nutrition sociale auprès de femmes enceintes en situation de vulnérabilité pour favoriser la santé optimale du nourrisson, et ce, une femme enceinte, un nourrisson, une famille à la fois.

La mise à jour de ces énoncés illustre bien où se situe le Dispensaire à l'issue des nombreux changements effectués depuis 2013 et à l'aube de son 140e anniversaire. De plus, elle définit l'orientation que prendra le Dispensaire durant les années à venir, toujours en lien avec sa volonté historique d'innover.

LE CHANTIER EN NUTRITION SOCIALE

Parmi toutes les actions menées cette année, le chantier en nutrition sociale est sans doute le plus imposant, le plus mobilisant et le plus porteur de changement. D'abord, ce chantier a été l'occasion de réfléchir, de remettre en question et d'actualiser nos pratiques et nos interventions. De plus, il nous a permis d'expérimenter et de réellement instaurer une approche plus collaborative au sein de l'organisme. Enfin, ce chantier s'inscrit dans la priorité définie en 2015, qui consiste à mettre en place une culture d'évaluation et d'amélioration continue.

Arrivant à la fin de notre démarche d'accompagnement avec ÉvalPop du Centre de formation populaire, qui nous avait amenés à construire notre modèle logique, nous en avons dégagé des thématiques correspondant à des cibles d'interventions dans notre approche. Après une première phase de consultation de notre historique, des données probantes et des bonnes pratiques, nous avons amorcé du travail par comité thématique (NUPIC : suivi prénatal et grossesse, PUJAT : attachement et pratiques parentales positives, SALSA : saine alimentation et sécurité alimentaire, et 4e TRIMESTRE : suivi postnatal et allaitement).

Parmi les résultats concrets obtenus, notons un historique du Dispensaire et de son approche, des mises en contexte de l'intervention par thématiques ainsi que des messages-clés, des mises à jour scientifiques sur différents sujets cliniques et des outils d'intervention pour les intervenants et la clientèle. Le contenu ou le format de certaines activités de groupe a aussi été revu.

Ces travaux ont permis de développer des outils de gestion ou de planification, notamment le modèle pour la programmation des ateliers. Cependant, notre résultat le plus significatif est sans contredit la définition du parcours type d'une maman à travers les étapes du programme en nutrition sociale du Dispensaire.

LE PARCOURS CLIENT

Le parcours client se compose de deux phases principales : le suivi prénatal et le suivi postnatal.

Le suivi prénatal

Lorsqu'une femme enceinte contacte le Dispensaire pour une première fois, un dossier client est ouvert et elle est dirigée vers une première intervention de groupe : le groupe d'accueil. Par la suite, elle rencontre une nutritionniste pour bénéficier d'une évaluation complète. Selon le résultat de son évaluation, une femme peut avoir accès à un suivi soit individuel soit de groupe (Club Bedaine).

Dans le premier cas, elle rencontre une nutritionniste toutes les deux semaines environ jusqu'à l'accouchement. Dans le second cas, elle est intégrée dans un Club Bedaine avec une cohorte de femmes qui en sont au même point dans leur grossesse. Les rencontres et le suivi du Club bedaine se font toutes les trois ou quatre semaines, et ce, jusqu'à l'accouchement.

Le suivi postnatal

Après l'accouchement, des suivis sont ciblés à 7 jours, 1, 2, 4, 5 et 6 mois, en personne ou par téléphone, pour une femme ayant été suivie en individuel durant la grossesse. La cohorte du Club Bedaine se rencontre une ou deux fois en postnatal et les femmes peuvent parler à leurs intervenantes par téléphone dans les semaines qui suivent l'accouchement et au besoin. Toutes les femmes et leurs bébés sont conviés à la fête des bébés de trois mois, une intervention festive en groupe.

Tout au long de son parcours, chaque femme peut avoir recours, selon ses besoins, aux services des consultantes en périnatalité et en lactation et à l'intervenante communautaire; ou encore, elle peut participer aux ateliers de groupe qui complètent l'ensemble des services type de la nutrition sociale. Notre halte-garderie est accessible pour favoriser la participation des mamans aux ateliers.

Ce parcours a été proposé, adopté et mis en œuvre par l'équipe; toutefois, il évoluera et sera adapté avec le temps, toujours dans une perspective d'évaluation et d'amélioration continue.

La plupart des résultats concrets du chantier seront intégrés dans notre éventuel guide des pratiques, qui permettra une application plus optimale de l'approche. L'objectif de cette démarche est d'offrir à chaque femme enceinte qui bénéficie des services du Dispensaire, en fonction de ses besoins, un accès équitable à l'ensemble des services, activités, messages et bénéfices potentiels de l'approche en nutrition sociale.

LE DISPENSAIRE AU SERVICE DES FEMMES ENCEINTES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ

Les interventions en nutrition sociale menées au Dispensaire sont centrées sur la réponse nutritionnelle adaptée aux besoins des femmes enceintes en situation de vulnérabilité. Elles visent à offrir une chance égale à toutes les femmes de donner vie à des bébés en santé qui pourront se réaliser pleinement. Nos interventions tiennent compte d'un ensemble de déterminants de la santé (conditions sociales, économiques et culturelles, accès à des soins de santé, etc.), en vue de mener une intervention interdisciplinaire qui permettra justement à ces femmes de donner vie à des bébés en santé et de veiller tant au développement optimal de leur enfant qu'à leur épanouissement en tant que parents et citoyennes de leur collectivité.

La nutrition sociale, telle que développée et pratiquée au Dispensaire, est une approche basée sur la méthode d'intervention nutritionnelle Higgins©, une méthode éprouvée scientifiquement qui cible la période de la grossesse. La nutrition sociale couvre de plus les premiers mois de vie du nouveau-né et appelle la contribution d'autres acteurs issus du milieu de vie de la femme enceinte en situation de précarité et de sa famille.

L'offre de services du Dispensaire à sa clientèle est unique et se démarque des autres offres de soutien nutritionnel au Québec : accessible et gratuite, elle intègre des aspects sociaux, économiques et communautaires, et combine des interventions individuelles et de groupe ainsi que des ateliers éducatifs. De plus, elle est assurée à la fois dans ses locaux (**services internes**), dans un contexte invitant, de type familial, et à l'**externe**, à l'intérieur d'organismes communautaires partenaires.

DU 1ER AVRIL 2017 AU 31 MARS 2018

Nombre de femmes suivies : 867

Total du nombre de consultations individuelles et de groupe : 5 836

SERVICES INTERNES

CONSULTATIONS INDIVIDUELLES

- **Insuffisance pondérale (bébé né avec un poids de moins de 2 500 g) : 4,1 %** (Dispensaire) comparativement à 9,5 % pour la province de Québec parmi les familles en situation de défavorisation matérielle et sociale *(Source : Publications du ministère de la Santé et des Services sociaux > Statistiques sur la santé du fœtus, du nouveau-né et de l'enfant > Évolution du nombre et de la proportion de naissances vivantes de faible poids pour l'âge gestationnel selon l'indice de défavorisation matérielle et sociale lié au lieu de résidence de la mère, Québec, 1989-2012).*
- **Prématurité : 7,0 %** (Dispensaire) comparativement à 7,9 % pour la province de Québec parmi les familles en situation de défavorisation matérielle et sociale *(Source : Publications du ministère de la Santé et des Services sociaux > Statistiques sur la santé du fœtus, du nouveau-né et de l'enfant > Évolution du nombre et de la proportion de naissances vivantes prématurées selon l'indice de défavorisation matérielle et sociale lié au lieu de résidence de la mère, Québec, 1989-2012*).
- **Interventions en soutien individuel à l'allaitement : 320**
- **96 % de nos clientes initient l'allaitement et 50 % le pratiquent de façon exclusive.**
- **Interventions communautaires et sociales auprès de la clientèle : 484**
- **167 conjoints ont participé aux consultations pour** un total de **488 présences.**

Nombre de consultation prénatale : 2 707.
Nombre de consultation postanale : 2 325.

GROUPES D'ACCUEIL

Les groupes d'accueil sont devenus, en cours d'année, la première rencontre officielle entre la cliente et les professionnels du Dispensaire. Lors de cette rencontre, on explique les services du Dispensaire, on encourage déjà des changements d'habitudes alimentaires et on offre un appui matériel, nutritionnel et social aux clientes dont les besoins sont immédiats. C'est aussi le lieu où la future maman est orientée vers les services internes appropriés qui répondront à ses besoins (intervention individuelle, Club Bedaine, ateliers de groupe et soutien social ou en allaitement).

15 groupes d'accueil et un total de 159 présences.

LE CLUB BEDAINE

Le Club Bedaine s'adresse aux femmes enceintes présentant moins de risques de donner naissance à un bébé de faible poids. Lors des séances qui se tiennent tous les mois à partir de la 24e semaine de grossesse, des messages clés portant, entre autres, sur la saine alimentation et la grossesse sont transmis aux clientes et des suppléments alimentaires sont distribués. Ces interventions de groupe permettent de créer un effet de cohorte où le soutien entre les pairs joue un rôle important et contribue significativement à la création d'un nouveau réseau social chez les femmes rejointes. De plus, les participantes au Club Bedaine ont été plus enclines à participer à plusieurs autres ateliers d'information du Dispensaire.

1 nouvelle cohorte débutée en janvier 2018 composée de 18 participantes.

LA FÊTE DES BÉBÉS DE TROIS MOIS

Le troisième mois de vie d'un nouveau-né marque une étape importante dans son développement affectif. C'est le moment où les parents constatent que leur enfant n'est plus un nouveau-né et qu'il les regarde et leur sourit. C'est pour souligner cette étape, et ce, en conformité avec son approche en nutrition sociale, que le Dispensaire a initié, en janvier 2018, la fête des bébés de trois mois. Lors de ces fêtes, les mamans échangent entre elles et apprennent l'importance de stimuler adéquatement leur enfant; de leur côté, les intervenantes du Dispensaire vérifient si la croissance de l'enfant se déroule bien et prodiguent des conseils concernant la prise en charge par les parents du bien-être de leurs enfants et de leur famille.

Résultats : 6 fêtes de bébés - présence totale de 54 mamans.

LES ATELIERS

Les ateliers ont pour but de compléter les sujets abordés lors des consultations individuelles ou lors des interventions de groupe. Les ateliers, en lien avec l'alimentation de la femme enceinte, du bébé ou de la famille, sont dispensés par les nutritionnistes. Les ateliers de préparation à la naissance, de développement des habiletés parentales et du développement de l'enfant, de réseautage et autres sont donnés par nos consultantes en périnatalité, intervenante communautaire et éducatrice en petite enfance, parfois aussi par des intervenants d'autres organismes spécialisés sur un sujet en particulier.

Quelques exemples d'ateliers : Comment préparer de bons repas santé avec un budget limité ? Introduction des aliments complémentaires : à quel âge bébé doit-il commencer à manger, quels aliments et dans quel ordre ? Quels sont les changements physiologiques qui s'opèrent durant la grossesse et quels sont les stades de formation du bébé? Comment le corps de la maman et du bébé réagissent-ils avant, pendant et après l'accouchement? Quels sont les options et les droits au moment de l'accouchement? Comment expliquer à un enfant l'arrivée d'un nouveau bébé dans la famille ?

> Nombre d'ateliers en 2017-2018 : 248.
> Nombre de présences : 1 167.

SUPPLÉMENTS ET DENRÉES ALIMENTAIRES, CORRECTIFS ET RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELS

Vu leur revenu insuffisant, **93 %** des femmes suivies cette année au Dispensaire ont reçu des suppléments alimentaires (1 L de lait, 1 œuf, 1 dose de multivitamine prénatale par jour et des denrées alimentaires de Moisson Montréal), leur assurant un apport suffisant en protéines et autres nutriments essentiels à la santé de leur enfant.

La supplémentation alimentaire et vitaminique ne représente toutefois qu'un aspect de l'intervention nutritionnelle pratiquée au Dispensaire. La méthode Higgins© base son évaluation nutritionnelle et son intervention sur les facteurs de risque identifiés pour déterminer les correctifs nutritionnels à appliquer à chaque grossesse. Parmi les femmes suivies, **67 %** présentaient des conditions de grossesse nécessitant l'application d'au moins un correctif nutritionnel. Il s'agit d'un apport additionnel en protéines et en calories qui compense les besoins nutritionnels en fonction des facteurs de risque suivants : malnutrition, historique d'issue défavorable de grossesse, maigreur, gain de poids insuffisant à mi-grossesse, grossesses rapprochées, vomissements incoercibles, stress émotionnel sévère. D'autres facteurs de risque existent pour lesquels aucun correctif de cette nature n'est prévu (exemples : pauvreté, diabète gestationnel, tabagisme, toxicomanies, etc.).

SERVICES EXTERNES

En cours d'année, des nutritionnistes du Dispensaire ont quitté leur bureau de la rue Lincoln pour se rendre, une fois par semaine, ou au besoin, dans quelques organismes communautaires partenaires afin d'effectuer leurs consultations directement sur place, bien souvent auprès de femmes enceintes présentant de très hauts risques de donner vie à des bébés de faible poids. Nous aimons les appeler nos nutritionnistes de proximité ! Cela s'inscrit dans la volonté du Dispensaire d'intervenir le plus souvent possible dans le milieu de sa clientèle. En agissant ainsi, nos nutritionnistes s'intègrent et deviennent un atout important dans le plan d'intervention multidisciplinaire mis de l'avant et coordonné par les intervenant(e)s des organismes partenaires ou dans l'accès à divers services.

MÉDECINS DU MONDE

Cette année, le Dispensaire a poussé un peu plus loin sa collaboration avec Médecins du Monde afin d'offrir aux femmes enceintes vulnérables un accès à des soins gratuits pendant la grossesse. Sous la forme d'un projet pilote, l'une de nos nutritionnistes s'est déplacée chaque semaine depuis le mois d'octobre 2017 à la clinique des femmes enceintes migrantes à statut précaire de Médecins du Monde. Le but de cette démarche : les informer du programme de nutrition sociale offert au Dispensaire et les y inscrire.

Les femmes que notre nutritionniste y a rencontrées avaient soit un visa de travail, de tourisme ou d'études ou encore n'avaient aucun statut au Canada (29 %). Ces femmes n'avaient pour la plupart pas accès aux soins de santé gratuits. Lors de l'inscription, certaines d'entre elles avaient une grossesse dite « à risque » qui nécessite un suivi médical rapproché : par exemple, diabète, hypertension ou grossesse multiple.

L'équipe de Médecins du Monde et la nutritionniste du Dispensaire travaillent en ce moment sur un protocole conjoint pour la gestion du diabète pendant la grossesse en contexte de suivi médical limité. Le partenariat avec le Dispensaire offre la possibilité aux clientes touchées d'avoir un suivi nutritionnel qui, dans 80-90 % des cas, réussit à contrôler la glycémie sans médication tout en allégeant la charge du personnel infirmier. Par conséquent, l'accès à la clinique, qui est actuellement limité, pourrait être accordé à plus de femmes ayant le diabète.

> Nombre de clientes vues et suivies :
> Des 49 femmes inscrites, 21 femmes suivies,
> 14 femmes attendaient un suivi et
> 14 n'ont pas eu recours aux services.

ROND-POINT

Poursuivant notre collaboration avec Rond-Point, nous y avons animé, au cours de la dernière année, des ateliers de groupe (bien manger à petit prix et alimentation des enfants) et l'une de nos nutritionnistes y a effectué des consultations nutritionnelles individuelles, et ce, à chaque deux mercredis du mois. Rappelons que Rond-Point est un regroupement de professionnels ayant une expertise en périnatalité et en petite enfance, dans un contexte familial de consommation problématique de substances psychoactives. Le Rond-Point offre dans un même lieu des activités et des services médicaux, infirmiers et psychosociaux aux parents et familles dont la consommation problématique de drogues ou d'alcool a déjà fait partie ou fait encore partie de leur réalité. Environ la moitié des femmes vues au Rond-Point viennent également au Dispensaire pour leur consultation, leur donnant accès à des denrées alimentaires, par exemple. Une conséquence positive est que ces femmes gagnent suffisamment confiance en elles et en leur intervenant pour sortir du lieu sécurisant que représente le Rond-Point.

> Nombre de clientes suivies : 28 clientes.
> Nombre de suivi prénatal et postnatal : 144.

RÉSIDENCE DU YMCA – PRAIDA

Suite à l'arrivée massive de demandeurs d'asile au cours de l'année, la Résidence du YMCA a connu un achalandage important et parmi ses résidents en transition une grande portion était des femmes enceintes. Grâce à la mobilisation des partenaires, menée à l'initiative de l'agente de milieu de Familles Centre-ville du quartier Peter-McGill, nous avons répondu pour développer et animer des ateliers prénatals hebdomadaires pour les femmes enceintes de la Résidence du YMCA. Une nutritionniste du Dispensaire participe à l'animation à chaque 3 ou 4 semaines en rotation avec les autres intervenants. De plus, cette nutritionniste ou notre coordonnatrice des services ou encore les partenaires du projet, accompagnait lors de ces ateliers un groupe de femmes enceintes pour marcher de la Résidence du YMCA au Dispensaire afin que celles-ci puissent connaître les lieux, les services et s'inscrire au programme de nutrition sociale.

Nombre de mamans demandeurs d'asile référées par PRAIDA ou en provenance du YMCA depuis le 1er avril 2017 : 86. Parmi celles-ci, 74 ont bénéficié de consultations et de suivis.

LES FOURCHETTES DE L'ESPOIR

Depuis la fin janvier 2018, une nutritionniste du Dispensaire effectue des interventions deux fois par mois à l'organisme Les Fourchettes de l'Espoir. Les Fourchettes de l'Espoir est un organisme de bienfaisance qui assure le soutien et l'accompagnement des plus démunis de la communauté de Montréal-Nord en favorisant leur intégration au marché du travail, et ce, en leur procurant l'accès à une alimentation variée et de qualité. Plusieurs des femmes qui bénéficient des services du Dispensaire depuis plusieurs années proviennent de ce quartier où les besoins sont grands. Notre présence à Montréal-Nord permet à plusieurs femmes d'avoir accès à nos services sans avoir à se déplacer au centre-ville, ce qui représente beaucoup de temps et d'efforts, en plus de leur permettre de découvrir bien d'autres services dont elles peuvent bénéficier au sein des Fourchettes de l'Espoir et du quartier.

Nombre de mamans suivies : 13.
Nombre de consultations effectuées : 26.

MON RESTO ST-MICHEL

Comme pour Montréal-Nord, St-Michel est un quartier d'où provient une bonne proportion de notre clientèle depuis des années. Mon Resto St-Michel ayant un programme Bedondaine qui s'adresse aux femmes enceintes, c'est par une participation mensuelle à ces ateliers que la nutritionniste a commencé à être présente dans ce secteur. Bien que plusieurs femmes de ce quartier aient bénéficié de nos services cette année, la presque totalité de nos interventions individuelles ne se sont pas tenues à Mon Resto St-Michel, mais bien au Dispensaire.

Quelques sujets couverts par notre nutritionniste lors de ces ateliers-rencontres (3 au total durant l'année) : Comment préparer de bons repas santé avec un budget limité ? Introduction des aliments complémentaires : à quel âge bébé doit-il commencer à manger, quels aliments et dans quel ordre ? Comment le corps de la maman réagit-il après l'accouchement ? L'alimentation durant l'allaitement.

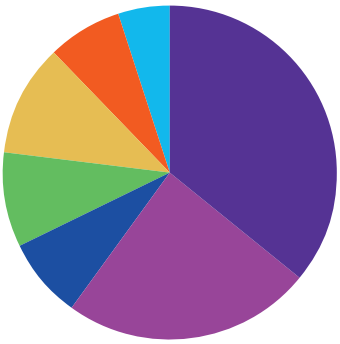
Nombre de participantes par rencontre : de 15 à 20.

ORIENTATION VERS DES RESSOURCES

Afin de répondre à d'autres besoins de ses clientes et des membres de leur famille, le Dispensaire s'emploie à les référer et à les orienter vers des ressources communautaires ou publiques ayant pignon sur rue, idéalement dans leur quartier, et aptes à leur offrir les services, le soutien et l'aide dont elles ont besoin. Cela est essentiel car les besoins des femmes enceintes que nous accompagnons sont grands, diversifiés et changeants et que notre intervention se limite à la durée de la grossesse et aux premiers mois de vie de l'enfant. Pour permettre à ces femmes, ces enfants et leur famille de poursuivre leur développement et d'améliorer leur condition, le recours aux services et ressources adaptés est une clé importante. Pour n'en nommer que quelques-unes : Fondation de la Visite pour les trousseaux de naissance et les parents visiteurs, la Mission Bon Accueil – programme Cœur à sœur pour le soutien matériel et social, Alternative Naissance pour l'accompagnement à la naissance et NourriSource pour le soutien en allaitement.

QUI AVONS-NOUS AIDÉ CETTE ANNÉE ?

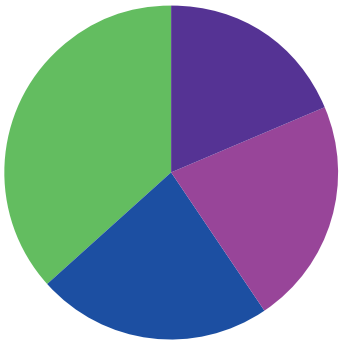
SOURCE DE REVENUS



- **36 %** Salaire insuffisant
- **24 %** Sécurité du revenu
- **8 %** Assurance-emploi
- **9 %** Prêts et bourses
- **11 %** Aucun revenu
- **7 %** Salaire suffisant
- **4 %** Autre

Les sources de revenu des familles aidées au Dispensaire illustrent bien la réalité des familles à faible revenu. Celles-ci appartiennent à une grande variété de groupes démographiques qui ne sont pas forcément bénéficiaires de l'aide sociale. La situation financière de la famille est évaluée en rapport avec le budget de confort minimum établi par le Dispensaire, qui est nettement sous le seuil de faible revenu de Statistique Canada. Il faut donc comprendre que même la catégorie « salaire suffisant » correspond à une situation économique précaire.

NOMBRE DE GROSSESSES



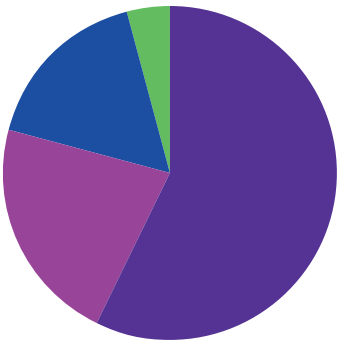
- **19 %** Première grossesse
- **22 %** Deuxième grossesse
- **22 %** Troisième grossesse
- **37 %** Quatrième grossesse et plus

CONTINENT/PAYS D'ORIGINE

Afrique du nord	26,12 %
Afrique	26,12 %
Canada, États-Unis	12,29 %
Antilles	16,26 %
Asie	9,09 %
Mexique, Amérique latine	4,36 %
Moyen-Orient	3,71 %
Europe	2 %

- 10,8 % - Montréal-Nord
- 10,4 % - Ahuntsic
- 9,7 % - Ville-Marie/Centre-Sud
- 9,2 % - Saint-Laurent
- 6,4 % - Saint-Michel
- 5,4 % - Bordeaux-Cartierville
- 5,4 % - Saint-Léonard
- 5,0 % - Verdun
- 4,2 % - Côte-des-Neiges
- 3,2 % - Rosemont
- 3,1 % - LaSalle
- 3,1 % - Sud-Ouest
- 2,9 % - Lachine
- 2,9 % - Notre-Dame-de-Grâce
- 1,8 % - Anjou
- 1,5 % - Hochelaga-Maisonneuve
- 1,0 % - Pointe-aux-Trembles
- 1,0 % - Rivière-des-Prairies
- 1,0 % - Villeray
- 0,9 % - Plateau Mont-Royal
- 0,8 % - Pierrefonds-Roxboro
- 0,6 % - Mercier
- 0,5 % - Petite-Patrie
- 0,4 % - Parc-Extension
- 8,7 % - Autres

SOURCES DE RÉFÉRENCES



- **58 %** Bouche à oreille
- **22 %** Réseau de la santé
- **16 %** Organismes communautaires (comparativement à 6 % l'année dernière)
- **4 %** Autres

QUELQUES DONNÉES D'INTÉRÊT

1 % des femmes ont 19 ans ou moins, 35 % ont plus de 35 ans.

26 % des familles sont monoparentales ou dont le conjoint vit à l'étranger.

88 % des femmes suivies ont un niveau de scolarité correspondant au moins à un secondaire 5 terminé.

50 % des femmes résident au Canada depuis moins de 2 ans.

25,4 % des femmes interagissent avec nous dans une autre langue que le français.

LA NUTRITION SOCIALE ET SON IMPACT DANS LA VIE DES FEMMES ENCEINTES SUIVIES AU DISPENSAIRE

L'impact des services du Dispensaire dans la vie des femmes se traduit bien autrement que par le poids à la naissance de leur nouveau-né. L'acquisition d'information fiable, l'enseignement, le suivi et le soutien effectués par une intervenante du Dispensaire, la participation à des espaces d'échanges avec d'autres mères et l'acquisition de connaissances qui favorisent la croissance de l'enfant à naître sont autant d'éléments de l'approche en nutrition sociale qui nous sont rapportés comme des éléments importants de leur vécu et de leur satisfaction à notre égard. Voici les principales illustrations pour cette année.

ATTACHEMENT SÉCURISANT (RELATION SÉCURISANTE POUR L'ENFANT AVEC SON PARENT)

Il s'agit d'un volet important de notre approche en nutrition sociale, car il est largement reconnu que le développement de cet attachement s'amorce durant la grossesse.

Selon le questionnaire rempli par chaque participante lors de nos activités de groupe, principalement celles abordant l'accouchement, l'allaitement et les habiletés parentales, on note que :

- 98 % des répondantes ont manifesté de l'intérêt à parler positivement à leurs enfants à naître.

« La nutritionniste m'a encouragée à dire au bébé dès la naissance que je l'aime et que je le trouve beau. À 2 mois, il a commencé à réagir à mes paroles et à bavarder quand on lui parle! »

- 98 % des répondantes ont exprimé le désir de pratiquer la technique du peau-à-peau après la naissance de leur enfant.

« Durant l'activité de groupe, j'ai appris comment calmer un bébé qui pleure, entre autres avec le contact peau-à-peau »

Dans 42 % des rencontres individuelles (intervenante – maman) menées au cours de la dernière année, les mères ont témoigné avoir parlé positivement à leur enfant à naître ou à leur enfant âgé de 0-6 mois.

AUGMENTATION DES CONNAISSANCES DE LA MÈRE SUR LE DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT À NAÎTRE ET DE L'ENFANT 0–3 MOIS

72 % des mères interrogées, lors d'une rencontre pré ou post natale, ont reconnu avoir retenu de l'information importante sur des sujets divers, tels que l'alimentation durant la grossesse en lien avec la croissance de l'enfant à naître, l'alimentation durant l'allaitement, les habiletés de l'enfant à naître et les facteurs associés à la durée de grossesse.

« Pendant mon suivi au Dispensaire, j'ai appris ce qu'il faut manger à chaque étape de ma grossesse et ce dont mon bébé avait besoin. »

CONNAISSANCE DE SES RESSOURCES INTÉRIEURES

L'ensemble des interventions menées par les intervenantes du Dispensaire relativement à une prise de conscience par la maman de ses ressources intérieures et a permis aux mamans d'affirmer – lors de groupes de discussion – avoir découvert une force en elles et avoir développé non seulement de l'assurance et de la confiance, mais aussi la capacité de se dépasser par amour pour leur enfant.

« Je n'avais jamais pensé être capable de boire autant de lait, je l'ai fait pour mon bébé! »

« Elles (les intervenantes) m'ont donné confiance en moi, elles m'ont dit que j'étais courageuse, je suis courageuse! »

RELATION DE CONFIANCE AVEC UNE PERSONNE SIGNIFICATIVE DU DISPENSAIRE

La relation de confiance intervenante-cliente est indispensable à la mise en œuvre des recommandations visant la naissance d'un bébé en santé et son développement sain.

Selon les observations recueillies lors de nos groupes de discussion, les mamans du Dispensaire estiment que les intervenantes possédaient l'expérience et les compétences requises, un sens de l'écoute et de non-jugement, une présence rassurante et une très grande disponibilité.

« L'intervenante fait tout pour t'aider, elle essaie de se mettre à ta place. Le suivi est très serré et complet. »

« Je vis ma relation avec mon intervenante comme une relation familiale : je me sens en sécurité et je me sens libre de m'exprimer sans gêne ! »

Selon la perception des intervenantes, la grande majorité des clientes du Dispensaire démontrent une confiance significative à leur égard.

SOUTIEN ENTRE PAIRS (MISE À LA DISPOSITION DES MÈRES D'ESPACES D'ÉCHANGES)

Lors de nos groupes de discussion, les mères ont manifesté leur appréciation d'avoir l'occasion d'échanger entre elles.

« L'intervenante encourage les mamans à partager leurs expériences et leurs trucs, le cours est libre aux échanges. »

« Grâce au Dispensaire, j'ai découvert la vie québécoise, et je me suis fait des amies! »

L'EXPERTISE DU DISPENSAIRE AU SERVICE DE LA COMMUNAUTÉ

NOURRIR LA VIE

Lancé en 2010 sous le nom de SVPNutrition, Nourrir la vie est un programme virtuel du Dispensaire qui offre aux intervenants communautaires du Québec différents services d'information et de formation en nutrition périnatale dans le but de les aider à répondre de façon adéquate à leur clientèle. Nourrir la vie se distingue par des contenus en nutrition de la grossesse au nourrisson qui mettent en valeur l'expérience pratique en intervention du Dispensaire.

> Nourrir la vie, ce sont 153 membres provenant de 75 organismes différents et de 15 régions sociosanitaires du Québec.

FAITS SAILLANTS 2017-2018

- Dix (10) séances de formation en ligne (webinaire) ont été réalisées avec une moyenne de 9 participants par formation provenant de 12 régions sociosanitaires du Québec. De plus, 17 participants ont assisté à plus d'une formation et 11 à plus de 2 formations. Quelques sujets abordés lors de ces webinaires : aliments à risque durant la grossesse, allergies alimentaires et allaitement, activité physique en période périnatale, en collaboration avec l'Université du Québec à Trois-Rivières, et carences alimentaires et grossesse. Observations dignes de mention : 100 % des participants trouvent intéressants les sujets abordés, 97 % d'entre eux recommandent la formation à des collègues et se sentent dorénavant mieux outillés pour intervenir et 88 % des membres ayant bénéficié d'une formation appliquent ou voient la possibilité d'appliquer les éléments appris lors de la formation.
- Vingt-huit (28) articles, treize (13) études de cas, treize (13) billets, neuf (9) fiches d'information, une (1) capsule vidéo et vingt-six (26) capsules Saviez-vous que ont été publiés sur la page Nourrir la vie du site internet du Dispensaire. En moyenne, les visiteurs consultent 5 pages par visite.
- 96 membres différents ont consulté au moins une fois le site internet Nourrir la vie, totalisant 1 642 visites (3,5 fois de plus que l'année dernière) et 8 374 pages vues (également 3,5 fois de plus que l'année dernière). De plus, certains membres ont visité le site à plusieurs reprises : 55 % plus de 2 fois, 44 % plus de 3 fois et 36 % plus de 4 fois.

D'APRÈS UN SONDAGE EFFECTUÉ AUPRÈS DES MEMBRES

- 93 % des répondants ont affirmé que les contenus de Nourrir la vie leur ont permis d'en apprendre davantage sur la nutrition périnatale (grossesse, allaitement et nourrisson), et considèrent le Dispensaire diététique de Montréal comme une référence en nutrition périnatale. De plus, 83 % d'entre eux ont souligné que les contenus de Nourrir la vie les ont mieux outillés pour intervenir auprès de la clientèle enceinte/allaitante ou avec un nourrisson. Le même pourcentage de 83 % a été observé concernant le taux de satisfaction à l'égard de l'ensemble des outils offerts pour Nourrir la vie.

LE PANIER À PROVISIONS NUTRITIF (PPN)

En 1932, le Dispensaire a créé le Food Price List, une première liste d'aliments nutritifs à faible coût qui constituait le précurseur des paniers de produits alimentaires au Canada et c'est dans les années 1950 qu'est né le panier à provisions nutritif (PPN), un guide pour permettre de couvrir ses besoins nutritionnels à faible coût. Le Dispensaire effectue une veille du prix du PPN tous les quatre mois en supermarché et en publie les résultats, illustrant le coût minimum pour adéquatement nourrir une famille de quatre personnes à Montréal. D'ailleurs, c'est le PPN qui a positionné le Dispensaire dans le domaine de la sécurité alimentaire.

Rappelons qu'il est possible de consulter les publications relatives au PPN sur le site internet du Dispensaire.

2E ÉDITION DU PPN DES ÎLES-DE-LA-MADELEINE

En mai 2016, le Dispensaire a accompagné le groupe Carrefour Jeunesse Emploi des Îles-de-la-Madeleine pour y évaluer le prix du PPN. Selon cette étude, le panier d'épicerie coûtait, à cette époque, en moyenne 16 % plus cher aux Îles-de-la-Madeleine *(9,82 $ par jour par personne pour une famille de 4 personnes) qu'à Montréal (8,07 $ par jour par personne pour une famille de 4 personnes).*

L'exercice a été refait en mars 2018 et une diminution de 2% du coût du panier a été observée entre 2016 et 2018. Cette diminution s'explique, entre autres, par une baisse marquée du coût de différentes catégories d'aliments tels le beurre d'arachide, les produits céréaliers et les matières grasses. Le coût du PPN des Îles est toutefois demeuré plus élevé de 13 % par rapport à celui de Montréal.

AUTRES ACTIONS

Au cours des derniers mois, le Dispensaire a présenté le PPN à deux reprises : lors de la rencontre annuelle des membres du Réseau des Cuisines Collectives du Québec (RCCQ) et lors du symposium Montréal cuisine.

LES PROFILS ALIMENTAIRES

Le Dispensaire diététique de Montréal et la Fondation OLO ont uni leurs forces en 2017 pour produire un document de référence destiné aux intervenants en périnatalité œuvrant avec des familles d'origines diverses au Québec. Intitulé « Découvrir le monde et ses diverses saveurs - Profils alimentaires de régions du monde et de quelques aspects culturels liés à la périnatalité », ce document se veut un véritable dictionnaire des habitudes alimentaires de 44 pays et un outil de référence pour tous les intervenants en périnatalité du réseau de la santé et des services sociaux ou du milieu communautaire qui œuvrent en contexte multiculturel partout au Québec.

Pour chaque pays, on retrouve dans le guide la représentation d'un repas par groupes alimentaires, les comportements, habitudes et patrons alimentaires, les mets communs assortis d'un lexique ainsi que les croyances et coutumes. Il est disponible pour consultation sur le site internet du Dispensaire et en version papier à la Fondation OLO.

Le Dispensaire diététique de Montréal et la Fondation OLO ont remporté le Prix Innovation 2017 remis en novembre par l'Ordre professionnel des diététistes du Québec pour ce projet.

CADRE DE RÉFÉRENCE OLO

Comme la méthode Higgins© développée et appliquée au Dispensaire est à l'origine de l'approche OLO, nous avons collaboré avec la Fondation OLO pour la création de leur cadre de référence lancé en novembre, par une participation aux collectes d'information, au comité aviseur et au comité consultatif. À titre de membre de la Fondation OLO, nous sommes heureux de la parution de ce cadre de référence clair et ambitieux.

LA FORMATION MAINS À LA PÂTE

Le Dispensaire a collaboré à la création de la formation Mains à la pâte à titre d'expert en sécurité alimentaire et en saine alimentation. Cette formation a pour objectif le développement d'un réseau de formatrices-animatrices déployé dans différentes régions du Québec. Ces formatrices-animatrices sont en mesure d'offrir les formations du Réseau des Cuisines Collectives du Québec et d'accompagner un groupe ou une organisation dans une démarche de développement du pouvoir d'agir.

FORMATION BIEN MANGER À PETIT PRIX

Fort de son expérience en sécurité alimentaire et grâce à une subvention d'Avenir d'enfants, le Dispensaire a créé une formation s'adressant aux intervenants du quartier Peter-McGill travaillant avec la clientèle à faible revenu et ayant pour thème Bien manger à petit prix. Cette formation permet aux organismes d'avoir accès à de l'information fiable en matière d'alimentation à petit prix afin qu'ils la transmettent aux familles dans le contexte de leurs activités (cuisines collectives, causeries, mobilisation, distribution d'aliments, etc.). **5 magnifiques outils** sont issus de cette formation et abordent les thématiques suivantes : *Assiette bien manger à petit prix, Les aliments de base, Comment réduire le gaspillage alimentaire, La conservation des aliments et Le tableau de la valeur nutritive.*

AGIR AVEC NOS PARTENAIRES DANS DES ENJEUX LIÉS À LA PÉRINATALITÉ ET AUX CONDITIONS DE VIE DE NOTRE CLIENTÈLE ET DE NOTRE COMMUNAUTÉ IMMÉDIATE

Notre mission, nos champs d'action et notre déploiement sur l'Île de Montréal, en plus de notre présence dans le quartier Peter-McGill depuis près de 100 ans, nous amènent à assumer un rôle au sein de tables de concertation locales et régionales, de regroupements sur la saine alimentation et la sécurité alimentaire, de groupes de réflexion stratégique et de mise en place d'échanges et couloirs de services afin de collaborer sur les enjeux importants touchant notre clientèle et la collectivité.

Nous demeurons toujours animés par un seul but : veiller à ce que tous les enfants, peu importe leur origine ou leur condition sociale, aient une chance égale de se réaliser pleinement. Nous croyons fermement que c'est par la participation d'un ensemble d'acteurs du milieu de vie des familles que nous pouvons y arriver !

En voici quelques exemples :

- InterAction Peter-McGill et Familles Centre-ville : comité sur la sécurité alimentaire, Projet d'impact collectif et comité d'évaluation, comité de coordination, groupe de soutien à l'agent de milieu, équipe de travail sur les services aux familles, appui au développement du centre communautaire, développement de services aux femmes enceintes demandeurs d'asile, recours aux outils du projet Constellation, webinaire et billet de blogue sur l'évaluation diffusé par Avenir d'enfants.
- Projet Équilibre : participation au comité de travail du projet *Maman bien dans sa peau, bébé en santé* pour le développement d'une formation sur l'image corporelle à l'intention des intervenants qui travaillent avec les femmes enceintes.
- Regroupement des Cuisines Collectives du Québec : groupe de travail sur la formation *Mains à la pâte* et appui à la *Déclaration pour le droit à la saine alimentation.*
- CIUSSS Nord de l'Île de Montréal : échanges pour le développement de couloirs de services et le développement de services dans ces quartiers, ainsi que création de liens avec les concertations petite enfance-famille sur ce territoire.
- Participation à Système alimentaire de Montréal, en voie de devenir le Conseil des politiques alimentaires de Montréal, et à la Table de concertation sur la faim et le développement social du Montréal métropolitain afin que les personnes en situation d'insécurité alimentaire bénéficient des efforts mis en place pour améliorer le système alimentaire.
- Concertation régionale en allaitement maternel (CRAM) : comme l'allaitement est une partie intégrante de notre expertise en nutrition sociale, nous avons rejoint le CRAM cette année.

FINANCEMENT ET COMMUNICATIONS

NOS ACTIVITÉS DE FINANCEMENT

5E ÉDITION DU LUNCH-BÉNÉFICE DE LA FÊTE DES MÈRES

Le 12 mai 2017, le Dispensaire diététique de Montréal (Dispensaire) a tenu, à l'Hôtel William Gray à Montréal, la cinquième édition de son Lunch-bénéfice de la fête des Mères. Sous la présidence d'honneur de M. Sean Finn, vice-président exécutif Services corporatifs et chef de la direction des Affaires juridiques du CN, et la collaboration d'un comité d'honneur composé de 14 personnes issues principalement du milieu d'affaires montréalais, l'événement a réuni 238 participants (plus du double de l'année précédente) et a permis d'amasser la somme de **118 425 $**.

Le Dispensaire remercie :

- Ses commanditaires : CN, David & Jessica Baazov, KPMG, Pharmaprix, BMO et les Producteurs laitiers du Canada.
- Ses grands donateurs : Agence Braque, Bazinet & associé(e)s, BMO, CN, EY, Famille Marcoux et TC Transcontinental, Lallemand, La Fondation de la communauté juive de Montréal, Le Cabinet de relations publiques NATIONAL, Power Corporation du Canada, Spencer Stuart & Associés, Spesinvest inc., TANK et Vézina assurances inc.
- Les membres de son comité d'honneur : M. Sean Finn, Mme Marie-Christine Lemerise, Mme Marie-Élaine Thibert, M. Jean-François Bazinet, M. Ryan Beck, Mme Esther Bégin, Mme Nathalie Bussières, M. Alexandre Doire, M. Michael Fovero, Mme Sophie Gaudet, M. Laurent Giguère, M. Jean-Marc Huot, Mme Dominique Lapierre et Mme Catherine Morfopos.
- Également, tous celles et ceux qui se sont procuré des billets pour assister à cet événement.

DÉFI SPORTIF

Le 25 novembre 2017, lors de la première édition du Défi sportif organisé par le Dispensaire diététique de Montréal (Dispensaire), près de 60 participants ont été appelés à traverser un parcours d'épreuves et obstacles imaginé et conçu pour rappeler les activités et défis journaliers d'une femme enceinte ou d'une maman. D'une durée d'environ 30 minutes, le parcours incluait, entre autres, des flexions sur jambes avec un poids équivalent au surplus de poids d'une femme enceinte de 8 mois, des fentes marchées avec des sacs d'épicerie, etc.

Cette activité, grâce à laquelle nous avons pu amasser plus de **15 000 $**, sera répétée **le 13 octobre 2018** au Centre Sportif de la Petite-Bourgogne. Une belle réussite pour cette toute nouvelle activité de financement du Dispensaire, qui nous a aussi permis d'accueillir **196 nouveaux donateurs**.

Le Dispensaire remercie ses partenaires et commanditaires : Alexis Nihon, Canadian Tire, DeSerres, Massy Forget Langlois relations publiques, Sports Experts, Tim Horton et Tom Bédard.

FÊTE DE NOËL

Le 19 décembre 2017, nous avons tenu au Y des Femmes de Montréal notre grande fête familiale de Noël. Plus de 177 personnes (adultes et enfants) y ont participé : une belle réussite !

Merci au Y des femmes pour le prêt de la salle, à CHM Communications pour leur don de jouets qui ont fait le bonheur de 75 enfants, à André Bertrand, notre Père Noël, à nos Fées des étoiles, Annie Brodeur-Doucet et Jackie Demers, à la chorale du Dispensaire et à Tammy Tran qui a organisé cette activité.

COLLECTE DE DONS

CAMPAGNE ANNUELLE DE FINANCEMENT – 14 FÉVRIER AU 12 MAI 2017

Lancée au cours de l'exercice financier 2016-2017, la campagne annuelle de financement 2017 menée auprès de nos donateurs a pris fin le 12 mai 2017, le jour même de la tenue de la cinquième édition de notre Lunch-bénéfice de la fête des Mères.

Montant recueilli : 63 750,50 $.
Merci aux 200 donateurs qui y ont contribué.

PARTENAIRES DE VIE

Rappelons que l'idée maîtresse de cette collecte de dons est d'inviter des gens d'affaires à devenir partenaires privilégiés du passage d'une femme enceinte au Dispensaire, et ce, en faisant un don annuel de 1 000 $ (*c'est ce qu'il en coûte au Dispensaire pour chaque femme ayant recours à l'ensemble de ses services, sur une période d'une année*). Résultat obtenu en date du 31 mars 2018 : 4 partenaires de vie. Merci à : Mme Solange Blanchard, Mme Muriel Ide, M. Jean-Marie Moutquin et Mme Pierrette Poézévara.

CAMPAGNE DE NOËL

Pour la deuxième année consécutive, nous avons mené une campagne de collecte de dons auprès de nos donateurs(trices) ayant l'habitude d'effectuer un don durant la période du temps des Fêtes. **Somme amassée : 53 380 $**. Merci à nos 21 solliciteurs(trices) qui ont contribué à la réussite de cette collecte de dons.

Comme par les années passées les employés de Téléfilm Canada se sont mobilisés et ont récolté, cette année, une somme de **2 540 $** dans le cadre de leur activité la *Grande Bouffe*.

Nous avons poursuivi la distribution de paniers de Noël, préparés par nos donateurs à l'intention de nos familles en ayant le plus besoin. Ainsi, **15 paniers** au total ont été remis. De plus, et comme par le passé, un partenariat avec The Gazette nous a permis d'offrir des dons d'appoint à **116 familles**.

LE MARCHÉ 3 PILIERS

En plus de s'engager à rendre accessible une alimentation saine et biologique à des prix abordables, le Marché 3 Piliers soutient des organisations faisant la promotion de la saine alimentation. C'est ainsi qu'il a versé mensuellement au Dispensaire, sous forme de bons d'achat, environ 1 % de ses ventes, excluant les transactions avec cartes de crédit. Au total, **2 000 $ en bons d'achat** ont été distribués aux mamans du Dispensaire.

DONS DE TITRES COTÉS EN BOURSE

L'un des donateurs du Dispensaire a fait un don de titres cotés en bourse d'une valeur de 52 000 $.

MERCI

Le Dispensaire remercie toutes les personnes qui, en cours d'année, ont effectué de la sollicitation de dons auprès de leurs connaissances et des membres de leur réseau. Nous vous remercions du fond du cœur de votre contribution à la réussite de notre mission.

NOS ACTIVITÉS DE COMMUNICATIONS

COURSE DE BÉBÉS

Dans la foulée de la Journée mondiale de l'enfance (20 novembre de chaque année) et pour clôturer la Grande semaine des tout-petits au Québec (19 au 25 novembre 2017), le Dispensaire a réalisé le 25 novembre 2017, à Alexis Nihon, une grande première au Canada : une course de bébés !

« *La course de bébés avait déjà eu lieu ailleurs dans le monde, mais jamais au Canada, et nous sommes heureux d'avoir été les premiers à l'organiser au pays* », explique André Bertrand, directeur du financement et des communications du Dispensaire.

Plus d'une quinzaine de bébés se sont placés, à tour de rôle, quatre à la fois, sur la ligne de départ avec l'objectif de parcourir à quatre pattes, le plus rapidement possible, une distance d'un peu plus de trois mètres. Toutes les astuces ont été utilisées par les parents pour stimuler leur bébé à atteindre le fil d'arrivée !

« *Il est important de signaler que dans les familles vivant en situation de pauvreté, on estime que 10 % des bébés naissent avec un faible poids, soit moins de 2 500 g. Les interventions menées au Dispensaire permettent de réduire ce taux de moitié : un bon départ dans la vie pour les bébés de bon poids !* », ajoute Jackie Demers, directrice générale du Dispensaire.

D'ailleurs, certaines mamans ayant bénéficié des services du Dispensaire ont inscrit leur bébé à cette course, des bébés bien en santé et c'est l'un deux qui a remporté la course finale !

- Couverture médiatique : CBC Montréal, TVA – LCN Nouvelles, Montréal.tv, Journal de Montréal, la Presse et plusieurs reprises et diffusions de notre communiqué de presse (radio et médias sociaux).
- Estimation de la portée médiatique de l'événement : **4 860 256**.

La deuxième édition de notre Course de bébés se tiendra durant la semaine du 18 novembre 2018.

DONS IN MEMORIAM ET LEGS TESTAMENTAIRES

En leur mémoire, des dons ont été versés au Dispensaire : Mme Barbara Auclair, Mme Bernadette Buffet, M. Claude Choquette, Mme Cécile Fiset-Desrosiers, Mme Emily Dubé, Mme Marion Elliot, M. Romek Hornstein, M. André Lafleur, M. Jean Lamarre, M. Marid Ruigrok, M. William Seath et M. Vernon Turley. Un leg testamentaire a été effectué au Dispensaire suite au décès de Mme Marjorie Pike.

LANCEMENT DES PROFILS ALIMENTAIRES

Le 30 novembre 2017, le Dispensaire diététique de Montréal et la Fondation OLO ont dévoilé le guide « ***Découvrir le monde et ses diverses saveurs. Profils alimentaires de régions du monde et de quelques aspects culturels liés à la périnatalité*** » et ont remporté, du même coup, le Prix Innovation 2017 de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec (OPDQ). Véritable dictionnaire des habitudes alimentaires de 44 pays conçu pour mieux accompagner les familles de toutes origines, ce guide a été créé grâce au travail de 43 collaborateurs du milieu et à l'apport de 108 femmes de toutes les origines.

« *C'est grâce à cette approche que les intervenantes du Dispensaire ont été en mesure de développer une connaissance fine des habitudes alimentaires des différentes communautés culturelles du Québec et ainsi contribuer à la réalisation de ce guide, tout en donnant l'espace nécessaire aux mamans de ces communautés afin qu'elles puissent y ajouter leur saveur toute particulière !* », a souligné Jackie Demers, la directrice générale du Dispensaire lors du lancement du guide.

- Couverture médiatique : Le Devoir, Planète F, On n'est pas sorti de l'auberge, quelques reprises du communiqué de presse et publication de textes portant sur le sujet dans différentes revues et médias sociaux.

AUTRES ACTIVITÉS DE COMMUNICATIONS

- Parution de trois numéros de notre Infolettre : Nourrir la vie, bâtir l'avenir.
- Production et diffusion de quelques capsules vidéo.
- Inscription du Dispensaire au programme Google AdWords (publicité gratuite).
- Mise à jour assidue du site internet du Dispensaire et publications régulières sur Facebook et Twitter, qui ont entraîné une augmentation importante du nombre de visiteurs sur notre site, de même qu'une augmentation significative des abonnements à notre page Facebook.
- Définition du concept et du thème de notre campagne de développement de notre notoriété.
- Parution de quelques textes dans les blogues et médias sociaux de nos partenaires (Avenir d'enfants, OPDQ, Naître et grandir, Mouvement allaitement Québec, etc.) et dans certains médias écrits (Journal de Montréal, Châtelaine, Nutrition – science en évolution et autres).
- Signature et appui à quelques déclarations et pétitions dont la Déclaration pour le droit à la saine alimentation, portée par le RCCQ, et *Lettres des Grands à l'intention des tout-petits.*

L'ÉQUIPE DU DISPENSAIRE (EN DATE DU 31 MARS 2018)

Pour réaliser sa mission, le Dispensaire s'appuie sur la contribution bénévole de son conseil d'administration, sur l'expertise exceptionnelle de ses diététistes/nutritionnistes, de ses intervenantes communautaires, de ses consultantes en périnatalité et en lactation, de son éducatrice en petite enfance, de son personnel administratif et de soutien, ainsi que sur celle des bénévoles et des stagiaires qu'il accueille en cours d'année.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

- M. Jean-Marc Demers, président
  Agence Braque
- Mme Isabelle Bonneau, vice-présidente
  Ville de Montréal
- Mme Pierrette Poézévara, trésorière
  Collège Beaubois
- Dr Jean-Marie Moutquin, MD, secrétaire
  Retraité

AUTRES ADMINISTRATRICES

- Mme Astrid Bicamumpaka Shema
  Étudiante en médecine, Université de Montréal
- Mme Solange Blanchard
  Cumul inc.
- Mme Annie Bouthillette
  Vidéotron
- Mme Zeina Khalifé
  BMO Banque privée
- Mme Annie Langlois
  Massy Forget Langlois relations publiques
- Me Francine Martel
  Gowlings
- Mme Mélanie Sirois
  Dotemtex

COMITÉS

Les comités sont composés d'administrateurs tout comme de professionnels bénévoles et de membres du personnel qui partagent généreusement leur temps et leurs compétences.

- **Comité *ad hoc* sur la planification stratégique**
  Astrid Bicamumpaka Shema, Isabelle Bonneau, Catherine Cuerrier, Jackie Demers, Jean-Marc Demers, Jean-Marie Moutquin, Mélanie Sirois, Pascale Valois, avec la collaboration de Marlo Turner Ritchie et d'André Fortin.
- **Comité *ad hoc* sur le tableau de bord**
  Astrid Bicamumpaka Shema, Jackie Demers, Jean-Marc Demers, Carole Gulglielmo, Jean-Marie Moutquin, Daniel-Marc Paré et Tammy Tran.
- **Comité ad hoc sur la refonte du répertoire informatique**
  Augustin Commun, Béatrice Girardin, Vincent Ni et Dong Qiao Yang (Accent on the Community Accenture) ainsi que Jackie Demers et Tammy Tran.
- **Comité Finances**
  Jackie Demers, Zeina Khalifé et Pierrette Poézévara.
- **Comité de gestion des ressources humaines**
  Isabelle Bonneau, Jackie Demers et Jean-Marc Demers avec la collaboration d'Annick Lemay.
- **Comité des mises en nomination**
  Isabelle Bonneau, Jackie Demers, Jean-Marc Demers et Annie Langlois.
- **Comité d'évaluation et d'amélioration des pratiques (dissous en mai 2017)**
  Amarachukwu Anaduaka-Obi, Astrid Bicamumpaka Shema, Annie Brodeur-Doucet, Jackie Demers, Véronique Ménard, Jean-Marie Moutquin, France Proulx, Isabelle Renaud, Beatriz Rivera Oropeza et Fanny Zúñiga.

PERSONNEL

- **Directrice générale**
  Jackie Demers, Dt.P.
- **Directeur du financement et des communications**
  André Bertrand
- **Directrice des programmes et projets**
  Annie Brodeur-Doucet, Dt.P. (en congé parental depuis le 1er janvier 2018)
- **Directrice des programmes et projets (par intérim)**
  Carole Gulglielmo, M. Sc.
- **Coordonnatrice des services aux familles**
  Tammy Tran, Dt.P.
- **Adjointe administrative**
  Beatriz Rivera-Oropeza
- **Adjointe à la comptabilité**
  Phuong-Lan Pham
- **Diététistes/nutritionnistes**
  Isabelle Dubé, Dt.P.
  Catherine Labelle, Dt.P.
  Suzanne Lepage, Dt.P.
  Emmy Maten-Fellows, Dt.P., IBCLC
  Andréa McCarthy, Dt.P. MsC.
  Karen Medeiros, Dt.P.
  France Proulx-Alonzo, Dt.P., psychologue (M. A.)
  Véronique Ménard, Dt.P. , M.Sc.
  Dina Salonina, Dt.P.
- **Consultantes en périnatalité et en lactation**
  Selma Buckett, IBCLC
  Carole Ann Girard, IBCLC
- **Éducatrice en petite enfance**
  Rosy Buonocore (départ à la retraite en cours d'année)
- **Intervenante communautaire**
  Chantal Grand Maison
- **Rédactrices pigistes – Nourrir la vie**
  Natalie Sophia Osorio, Dt.P., Caroline Rouleau, Dt.P., Jenny-Lyne St-André, Dt.P., M.Sc. et Carine Youssef, Dt.P.
- **Remplacement à la réception**
  Tchouta Yotcha Josée Alvine
- **Emploi étudiant d'été**
  Marie-Christine Viens
  Carine Youssef, Dt.P.
- **Mandat en soutien**
  Janine Choquette-Desrosiers
  William Dorion
  Émilie Masson, Dt.P.
  Sophie Morel, Dt.P.
- **Bénévoles**
  Les membres du conseil d'administration et **74** bénévoles ont contribué cette année à la mise en œuvre de la mission du Dispensaire. Au quotidien, depuis les soins aux enfants en halte-garderie jusqu'au partage d'expertise sur les comités, en passant par les tâches administratives et les appels d'invitation aux activités de groupe, des bénévoles apportent au Dispensaire une aide cruciale dont bénéficie chaque famille aidée. Au total, plus de **8 415 heures** de services bénévoles ont été fournies en 2017-2018. **Valeur marchande de ces heures de bénévolat : 90 460 $**.
- **Stagiaires - autres ressources - emplois d'été**
  Jessica Abouzeid, Amani Al-Asmar, Jessica Bonneau, Marie-Maude Brochu, Juliette Casgrain, Julie Chartrand et Inaam Turk.
- **Corporation**
  Outre les administrateurs du conseil d'administration, la corporation du Dispensaire compte un total de 100 membres.

Merci à George Tarabulsy pour la formation bénévole offerte à l'équipe sur l'attachement.

Photos page 1, 3 ,4, 12, 13, 15, 16, 17, 18 et 19 : Nathalie Choquette photographe - nathaliephotographie.ca
Autres photos : Dispensaire

dispensaire
diététique de Montréal

2182, AVENUE LINCOLN, MONTRÉAL (QUÉBEC) H3H 1J3 | TÉLÉPHONE : 514 937-5375 | TÉLÉCOPIEUR : 514 937-7453
COURRIEL : INFO@DISPENSAIRE.CA | WWW.DISPENSAIRE.CA

Fondé en 1879, le Dispensaire diététique de Montréal est, au Québec, le chef de file en nutrition sociale adaptée aux femmes enceintes en situation de précarité socio-économique. Il aide chaque année près de 1 000 de ces femmes du Grand Montréal à se nourrir adéquatement pendant leur grossesse et à donner vie à des bébés en santé. Ses interventions cliniques et communautaires innovantes, permettent aux nouveaux parents de veiller au développement optimal de leur nouveau-né et de leur famille.

Le Dispensaire est un organisme sans but lucratif soutenu par Centraide et membre de la Fondation OLO.