



MY BODY
MY CHOICE

Rapport d'activité

2023 - 2024



À la source



Mot de la présidente



C'est avec grand plaisir, pour une première année dans ce rôle, que je peux souligner à mon tour cette fin d'année au sein de l'organisme ALS.

Cet organisme réussit à vivre grâce aux fabuleuses personnes qui contribuent activement chaque jour à la faire rayonner.

Les voici :

Julie, directrice de l'organisme depuis plus de 10 ans. Elle est investie et veille au bon fonctionnement d'ALS et ce avec engagement. Dans la dernière année, elle a remis à plusieurs moments son chapeau d'intervenante au grand plaisir de chacun. Elle a su user de ses grandes qualités d'intervenante afin d'aider l'équipe dans la dispensation des activités tout en accomplissant ses autres tâches en parallèles, et ce, avec efficacité (directrice, présidente de la TROC). Nous en sommes tous reconnaissants.

Tania est coordonnatrice du point de service de Port-Cartier. Elle participe au bon fonctionnement de l'organisme. Grâce à son leadership et son expérience dans le domaine, elle a su participer à plusieurs tables afin de faire avancer des dossiers en lien avec les valeurs véhiculées ALS (Comité entre mer et naissance). Elle a pour but l'amélioration constante et l'évolution de l'organisme.

Mélo die est intervenante à l'organisme principalement à Sept-Îles depuis maintenant 4 ans. Elle est toujours aussi investie, proactive et à l'écoute des autres. Dans la dernière année, elle a repris le dossier d'accompagnante à la fertilité / infertilité / deuil périnatal. Sa douceur, sa bienveillance et son humanité sont mis à profit.

Dans la dernière année, Marie-Pier a finalement décidé de quitter son temps partiel à l'organisme pour accomplir à temps plein ses nouveaux projets. Qui sait, nous aurons peut-être le bonheur de la revoir et ainsi de bénéficier de son dynamisme et de sa bienveillance comme intervenante dans la prochaine année.

Au niveau du CA, nous poursuivons notre travail dans la composition de sous-comité en vue d'augmenter notre efficacité (que ce soit au niveau des RH, comités d'organisation d'activité de financement). Nous nous sommes positionnés sur l'augmentation du coût de la vie (augmentation de la structure salariale). Plusieurs politiques ont été mises à jour (d'absentéisme, de harcèlement et reconnaissance). Les membres du CA ont à cœur de poursuivre l'évolution dans les années à venir afin d'être congruent à la mission qui a été redéfini il y a 2 ans.

Je tiens à souligner l'engagement, la disponibilité et la rigueur de chacun des membres du CA.

Merci à chacun des bénévoles pour leur disponibilité légendaire et leur grande compréhension (marraines d'allaitement, accompagnantes à la naissance et membres du CA).

Merci aux donateurs qui choisissent À la source pour ses valeurs et sa mission (Port de Sept-Îles, microbrasserie La compagnie, don sourire, club Rotary...).

Avec l'été qui arrive lentement, je souhaite pour la prochaine année, la poursuite du fleurissement de ce merveilleux organisme qu'est À la source.

Au plaisir

Alexandra Gagné

Présidente du Conseil d'administration



Mot de la directrice

Chers membres et utilisateurs d'À la Source,

Une autre année s'est terminée à l'organisme et cette fois, nous pouvons enfin dire qu'elle a été douce et ressourçante !

Grâce aux Fonds de relance des organismes communautaire octroyé par le gouvernement du Canada, nous avons pu avoir accès à des formations qui nous ont permis à la fois d'agrandir notre équipe de bénévoles et, à donner à l'équipe de travail de nombreux outils afin d'offrir de meilleurs services à notre chère clientèle. Nous avons pu souffler un peu, en rattrapant le retard des dernières années par des formations utiles à notre mission, en achetant le matériel nécessaire et de base pour les accompagnantes à la naissance et les intervenantes, et même, à se refaire une flotte de matériel informatique qui nous ont permis de remiser nos antiquités !!

Cette année douceur a été également possible grâce à l'équipe de travail : Josée, Mélodie, Marie-Pier et Tania, femmes passionnées qui ont à cœur votre bien-être. Ensemble nous avons une vision de constante amélioration de notre offre de services pour que vous, membres et utilisatrices, puissiez retrouver les mêmes services que dans les grands centres.

Ce rêve de grandeur, nous ne pourrions pas l'accomplir sans nos nombreux bénévoles !! Chacune à sa façon contribue à faire une différence dans la vie des parents de la région. Merci à toutes les mairaines d'allaitement et les accompagnantes à la naissance (doulas), incluant celles qui font partie du programme des doulas autochtones !! Mesdames, vous êtes des femmes inspirantes par votre générosité et votre volonté à aider vos consœurs à traverser sereinement toutes les étapes de la naissance.

Merci aussi à nos bénévoles de main d'œuvre qui donnent un coup de main solide pour que la maison et l'équipement soient en bon état (Luc, Martin, Jérôme et Edwige).

Bien que ce rapport d'activité vous donne un meilleur aperçu de tout ce que nous avons accompli cette année, je vous invite à aller visiter notre site web www.soutienalasource.com, à nous suivre sur notre page **Facebook et Instagram À la Source Sept-Îles et Port-Cartier** pour demeurer à l'affût des nombreuses activités et services que notre petite équipe si efficace, mais en place pour vous.

Merci à tous ceux qui croient en nous puisque À la Source c'est surtout et avant tout pour vous!!

Salutations à vous tous,

Julie Rousseau,
Directrice d'À la Source

Équipe d'À la Source 2023-2024



Julie Rousseau
Directrice générale



Mélodie Lapierre
Intervenante Sept-Îles



Josée Cotton
Intervenante Sept-Îles



Tania Bond
Coordonnatrice Port-Cartier



Marie-Pier Dumont
Intervenante Port-Cartier

Membres du conseil d'administration



Alexandra Gagné
Présidente



Mariane Deschênes
Vice-Présidente



Nadia René
Secrétaire



Stéphanie McDonald
Trésorière



Stéphanie Pitre
Administratrice



Noémy Sirois
Administratrice



Christine Larose
Administratrice

Notre mission

Encore une fois cette année, l'équipe d'À la Source et nos bénévoles ont travaillé fort afin d'offrir le meilleur service possible à notre clientèle. Nous sommes choyés d'avoir ces personnes de cœur qui représentent nos valeurs et notre mission.

Nos valeurs

- 🌀 Ouverture d'esprit
- 🌀 Empathie
- 🌀 Écoute
- 🌀 Pouvoir d'agir
- 🌀 Collaboration
- 🌀 Orientation PRO-CHOIX

Notre mission

Informier et soutenir les personnes tout au long des changements de leur cycle hormonal féminin afin d'assurer une prise de décision éclairée.



Nos membres

L'adhésion pour être membre À la Source est renouvelable chaque année, soit du 1er avril au 31 mars. Être membre permet de bénéficier de certains privilèges, comme le droit de vote à l'AGA, pouvoir emprunter des livres sur différents thèmes en santé hormonale féminine et bénéficier de prix spéciaux pour les achats à la boutique. Avec un coût de seulement 5\$, vous appuyez notre mission et vous soutenez notre organisme!

Nombre de membres 2023-2024 : 117

Parce que vous faites aussi partie de l'équipe, merci à tous nos membres de votre soutien!



Nos services



LES ACCOMPAGNEMENTS



ENTRAIDE À L'ALLAITEMENT



HÉBERGEMENT



PORTAGE



ATELIERS DIVERS

Accompagnement à la naissance

Le service d'accompagnement à la naissance permet à des parents d'avoir un suivi personnalisé tout au long de leur grossesse et même durant les premiers mois suivant l'accouchement.

Le travail de l'accompagnante consiste à aider les parents à se préparer à la naissance de leur enfant et de leur offrir un support continu lors de l'accouchement. Dans une vision physiologique de l'accouchement, l'accompagnante informe les parents au sujet des différentes méthodes de soulagement de la douleur, des positions qui favorisent le passage et la descente du bébé, et des interventions possibles, afin qu'ils soient en mesure de faire des choix éclairés tout au long de leur expérience. Elle accompagne aussi le ou la partenaire : elle l'informe, le rassure et l'encourage dans son rôle de soutien auprès de la mère.

L'accompagnante rencontrera les parents à quelques reprises avant, pendant et après l'accouchement selon le forfait choisi. Elle restera aussi disponible en tout temps, pour répondre aux questions des parents.

6 incroyables accompagnements réalisés en 2023-2024



Équipe des accompagnantes à la naissance

Un accompagnement à la naissance demande énormément de temps, d'écoute, d'empathie, de respect des valeurs d'autrui, d'encouragement, de soutien, de savoir et d'instinct. Ces qualités, nous les retrouvons dans chacune des accompagnantes à la naissance d'À la Source.

Ce service gagne grandement en popularité dans les autres régions du Québec et est assez onéreux. À la Source l'offre à très faible coût (calculé en fonction de notre mission non lucrative), permettant à un plus grand nombre de personnes d'y avoir accès, et ce, grâce au dévouement et à la générosité de nos accompagnantes bénévoles!

L'équipe des accompagnantes de Sept-Îles, Port-Cartier et des environs :

- 👤 **Josée Cotton**
- 👤 **Julie Berteaux**
- 👤 **Julie Murray**
- 👤 **Julie Rousseau**
- 👤 **Marie-Claude Reid**
- 👤 **Marie-Pier Dumont**
- 👤 **Marie-Josée Desrosiers**
- 👤 **Mérodie Lapierre**
- 👤 **Nathalie Coulombe**
- 👤 **Tania Bond**
- 👤 **Thérèse Danis**



« Doula : femme qui accompagne et soutient une femme enceinte et son entourage avant, pendant et après son accouchement. »

Source: www.larousse.fr

Un énorme merci à vous toutes!

Vous redonnez confiance aux femmes en leur capacité naturelle d'accoucher, en écoutant, informant et en soutenant celles-ci tout au long de leur grossesse, de leur accouchement et même de leur période postnatale. De plus, vous aidez les partenaires à prendre leur place dans ce beau processus qui est celui de mettre un enfant au monde!

Ateliers de préparation à la naissance

Ces ateliers de préparation à la naissance permettent aux parents qui attendent un enfant d'en savoir plus sur les bases de la naissance physiologique.

Préparée par des accompagnantes à la naissance, cette série de 5 ateliers permet aux mères enceintes et à leurs partenaires de comprendre le rôle des hormones naturelles pendant l'accouchement et d'en savoir plus sur les méthodes de soulagement de la douleur. Elle permet aussi de démystifier les interventions médicales qui pourraient leur être proposées, afin que les femmes soient mieux préparées. Nous parlons aussi des soins du nouveau-né avec les bases de l'allaitement maternel et l'importance et les bienfaits du contact peau-à-peau.

La série :

- De la maison vers l'hôpital
- Positions pendant le travail et la poussée
- Soulagement de la douleur au naturel
- Interventions et plan de naissance
- L'importance du peau-à-peau
- L'allaitement maternel

Statistiques 2023-2024

Sept-Îles

Nombre de cohortes : 5

Nombre de personnes enceintes : 28

Nombre de partenaires : 20

Port-Cartier

Nombre de cohortes : 3

Nombre de personnes enceintes : 10

Nombre de partenaires : 8



Accompagnement au deuil périgrossesse

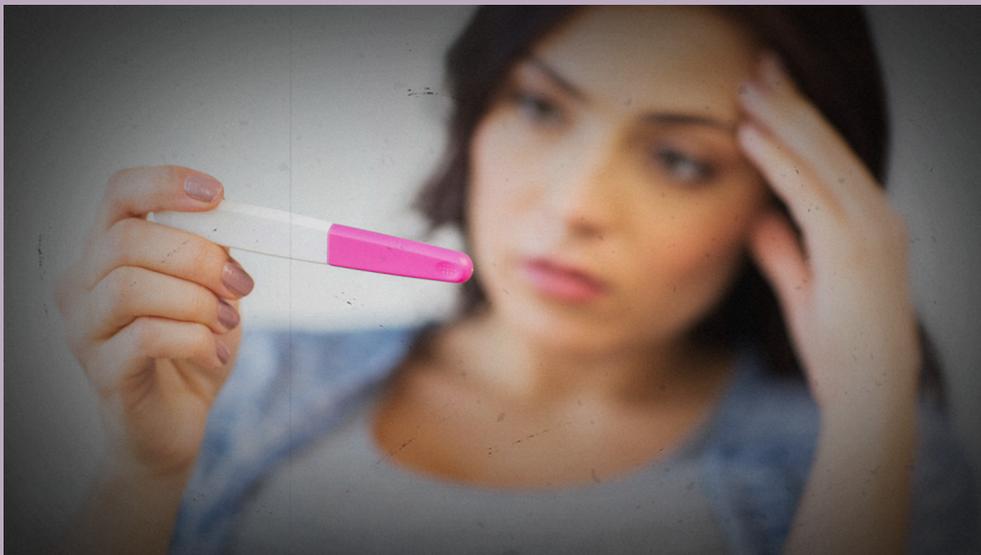
Le deuil périgrossesse peut prendre plusieurs formes :

- infertilité;
- fausse-couche;
- décès d'un enfant;
- fin d'allaitement;
- etc.

Une intervenante formée pourra soutenir et offrir de l'informations aux personnes selon leur réalité.

5 personnes ont reçu un accompagnement au deuil périgrossesse en 2023-2024

Cette année en fut une de formation pour nos intervenantes grâce au Fonds de relance des services communautaires, ce qui nous permettra de poursuivre et de développer ce service en fonction des besoins des gens de la région.



Accompagnement à l'avortement

L'accompagnement à l'interruption de grossesse a pour but de soutenir les personnes avant, pendant et après l'intervention. Une intervenante formée soutient les personnes à travers tout le processus (prise de décision, informations sur les risques, marche à suivre et accompagnement en personne ou à distance) et ce, sans jugement.

L'objectif :

- Informer sur les divers choix possibles afin que la personne puisse obtenir des soins selon ce qui lui correspond;
- Agir en tant que soutien rassurant durant l'intervention (interruption volontaire de grossesse ou fausse couche nécessitant intervention). Ce soutien peut être offert en personne à la clinique ou à distance.

Rôle de l'accompagnante:

- Humaniser les soins offerts;
- Défense des droits;
- Soutien bienveillant;
- Éducation.

Une première personne a reçu un accompagnement à l'avortement en 2023-2024

Cette année en fut une de formation pour nos intervenantes grâce au Fonds de relance des services communautaires, ce qui nous permettra de poursuivre et de développer ce service en fonction des besoins des gens de la région.



Entraide à l'allaitement

Service de marrainage

Les mères qui ont ou qui pensent choisir l'allaitement maternel pour nourrir leur bébé peuvent en tout temps faire appel à une marraine d'allaitement. Un jumelage se fait alors en fonction de la proximité de la demeure de la marraine avec celle de la mère allaitante.

Dès la grossesse, la mère peut choisir d'avoir un premier contact avec sa marraine d'allaitement pour répondre à ses questionnements, ainsi que de communiquer avec elle tout au long de la durée de son allaitement pour résoudre des problématiques survenues en cours de route.

Statistiques 2023-2024

Nombre de marrainage : 69

Le nombre d'heures de ces interventions par les marraines bénévoles est évalué à plus de 200 heures.

Location de tire-laits

À la Source loue des tire-laits à très faible coût (entre 5\$ et 20\$ pour le temps de leur allaitement) dont les pièces ont été stérilisées professionnellement en milieu hospitalier. Certains tire-laits ont besoin d'une ou de deux tubulures qui ne peuvent être stérilisées, mais les mères peuvent se les procurer à faible coût à même l'organisme.

Nombre de mères allaitantes qui ont bénéficié du prêt d'un tire-lait : 53



Service de messagerie

À chaque jour où les bureaux d'À la Source sont fermés (fins de semaine et jours fériés), les personnes qui ont besoin de conseils en allaitement peuvent laisser leurs coordonnées dans la boîte vocale. Une marraine d'allaitement, prenant les messages plusieurs fois par jour, assure un retour d'appel dans les 24h.

Intervenantes

Nos intervenantes à même l'organisme à Sept-Îles, et à notre point de service à Port-Cartier, sont disponibles sur les heures de bureau pour répondre à toutes les demandes d'entraide et sont d'une écoute attentive pour répondre aux besoins des usagères.

47 interventions en allaitement ont été réalisées sur nos heures de bureau en plus des marrainages bénévoles 2023-2024!



Rencontres Sein'pathiques

Dans ces rencontres, les mères enceintes ou qui allaitent peuvent apprendre sur l'allaitement et poser des questions à une intervenante. Ces rencontres servent aussi aux échanges entre les participantes sur ce qu'elles vivent au quotidien.

Nous avons remarqué que ces rencontres servaient aussi à briser l'isolement que beaucoup de mères avec poupons vivent, dû à l'éloignement (familles qui quittent leur région natale pour le travail) et au manque de réseau.

C'est aussi une bonne occasion pour l'intervenante de remarquer s'il y a des signes de dépression post-partum ou autres problématiques chez les participantes et de pouvoir référer celles-ci aux services appropriés.

Statistiques 2023-2024

Sept-Îles

Nombre de rencontres : 9

Nombre de participants : 43

Port-Cartier

Nombre de rencontres : 10

Nombre de participants : 38



Équipe des marraines d'allaitement

Après avoir suivi une formation complète de 16 heures pour être bien outillée, une marraine d'allaitement est une femme qui a déjà allaité et qui vient en aide bénévolement aux mères, en prenant le temps de les soutenir dans les moments les plus vulnérables de leurs expériences. Les marraines d'À la Source sont des femmes dévouées et qui ne comptent pas les heures passées à venir à la rescousse des mères qui ont de la difficulté pendant leur allaitement.

Alexandra Gagné

Alexandra Elsliger

Alexia Gagnon

Audrey-Ann Smith

Audrey Roy

Caroline McDonald

Catherine Drouin

Clara Poirier

Claude-Cindy Boies

Claudie Crespín-Delvecchio

Ève Monger

Gaétane Fontaine

Isabelle Ducasse

Jade Mckenzie Fontaine

Jessica Gagné

Jessie Landry

Josée Cotton

Julie Berteaux

Julie Murray

Julie Rousseau

Kim Reid

Lyne Monger

Marianne Creysson

Marie-Claude Reid

Marie-Ève Gagnon

Marie-Ève Tremblay

Marie-Josée Desrosiers

Marie-Pier Dumont

Mérodie Lapierre

Nathalie Coulombe

Sarah-Ève Levasseur

Stéphanie McDonald

Synthia Bédard-Lévesque

Tania Bond

Vanessa Bélanger

Vanessa Losier



Un gros merci à chacune de vous!

Vous contribuez au succès de nombreux allaitements dans la région, dont beaucoup auraient cessés bien plus rapidement sans votre aide précieuse.

Votre implication avec À la Source est extrêmement appréciée.

Merci au nom de chacune des mères que vous avez aidées!

Hébergement

La maison À la Source offre des chambres aux familles qui doivent se déplacer à Sept-Îles dans l'attente d'une naissance, pour des rendez-vous en soins obstétriques ou en pédiatrie. Elles ont accès à une cuisine bien équipée, un grand salon, deux salles de bain et une grande cour. La maison est située à quelques pas de l'hôpital. Nos clients proviennent de partout sur la Côte-Nord entre Rivière-Pentecôte et Blanc-Sablon, et de la région de Caniapiscau (Fermont, Schefferville).

Les coûts sont de 35\$ la nuitée, 175\$ pour une semaine (7 jours) et 650\$ pour 4 semaines (28 jours) par chambre familiale.

Ceci permet aux familles éloignées qui doivent demeurer avec nous plus longtemps d'y séjourner à un coût abordable, et à la femme enceinte d'avoir ses proches à ses côtés.

La durée du séjour varie selon l'endroit d'où les femmes viennent. Elles doivent arriver plus tôt si elles habitent plus loin, voire jusqu'à 4 semaines avant leur date prévue d'accouchement, et ce, si leur grossesse se passe bien. Comme le moment de leur accouchement peut se situer entre la 36e et la 42e semaine de grossesse (avant elles sont redirigées vers un grand centre et après elles sont induites par leur médecin avant d'atteindre la 42e semaine), les familles peuvent donc séjourner à À la Source jusqu'à 5 semaines et même plus!

Statistiques 2023-2024

Nombre de personnes accueillies : 39 adultes et 29 enfants

Nombre de nuitées utilisées : 300

(12 naissances, 10 rdv obstétriques et 1 rdv pédiatriques)



Ateliers de discussion

Nous avons deux types d'ateliers de discussion : discussion bébés, bedaines et cercles de partage. Les discussions bébés, bedaines se veulent informatives. Que ce soit pour parler de grossesse, d'accouchement ou de soins du nourrisson, elles suscitent un très grand intérêt. Elles permettent aux mères et femmes enceintes d'en apprendre davantage sur différents thèmes autour de la périnatalité et d'échanger entre elles.

Les cercles de partage sont des moments de rencontre entre les personnes autour d'un sujet plus sensible. Des thèmes comme l'accouchement, les violences obstétricales et gynécologiques, le cycle hormonal et les deuils périgrossesses ont été abordés cette année.

Statistiques 2023-2024

Sept-Îles

Nombre de rencontres : 14

Nombre de participants : 113

Port-Cartier

Nombre de rencontres : 15

Nombre de participants : 51



Portage

Cette année, nous avons guidé des parents avec leurs écharpes et leurs porte-bébés, soit individuellement ou en atelier de groupe. Nos monitrices de portage sont formées par l'Institut National du Portage des Enfants.

Statistiques 2023-2024

Sept-Îles

Nombre d'ateliers de groupe : 8

Nombre de participants aux ateliers : 24

Nombre de personnes en ateliers individuels : 8

Port-Cartier

Nombre d'ateliers de groupe : 6

Nombre de participants aux ateliers : 31

Nombre de personnes en ateliers individuels : 3

Location de porte-bébé

Afin de pouvoir essayer un écharpe ou un porte-bébé avant d'en acheter un, les parents peuvent en louer un à la semaine et au mois. S'ils décident par la suite de faire l'achat d'un porte-bébé dans notre éco-boutique, nous déduisons le montant payé en location sur le montant de leur achat!

Nombre de location de porte-bébés :16



Ateliers divers avec nos supers invités

Purée ou DME, diversification alimentaire

Par Ariane Desrosiers

Diététiste-nutritionniste en périnatalité et en petite enfance

Direction de santé publique

Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord



Massage pour bébé

Par Josée Cotton

Massothérapeute

Accompagnante à la naissance (doula) avec À la Source



Droits des femmes enceintes et allaitantes

Par Pamela Tanguay

Intervenante en condition féminine au Centre Femme aux 4 Vents



Atelier créatif sur l'estime de soi et atelier collaboratif pour les nouveaux parents

Par Marianne Creysson

ARH en santé mentale positive

Santé publique

CISSS Côte-Nord



Désobstruction des voies respiratoires chez le nourrisson et l'enfant

Par Nadia René

Infirmière clinicienne



Conférence « La santé mentale des parents »

Par Renée Ouimet

Directrice du Mouvement Santé mentale Québec



Statistique : 131 participations au total!

Semaine mondiale de l'allaitement maternel (SMAM)



Thème de l'année 2023 (du 1er au 7 octobre)

« Permettre l'allaitement maternel : changer les choses pour les parents qui travaillent »

La participation au défi de la Quintessence aux Galeries Montagnaises donnait droit aux mères participantes de gagner un des prix suivants :

- Une écharpe de portage extensible de Gustine baby carriers
- Un certificat cadeau de 30\$ de Chimparoo, l'Écharpe Porte BOnheur
- Un certificat cadeau de 30\$ de Au petit chaperon rouge
- Des compresses d'allaitement de JoKa et cie
- Rabais de 20\$ sur un bijou d'allaitement au choix de la personne chez La Précieuse
- Un certificat cadeau de 75\$ sur un bijou d'allaitement au choix de la personne chez La Joie en Rose
- Un certificat cadeau échangeable pour un soutien-gorge d'allaitement et 2 compresses d'allaitement Bravado
- Un certificat cadeau de 50\$ pour une séance photo avec La Fabrique à Souvenirs

Défi de la Quintessence

Pour ce beau défi de sensibilisation à l'allaitement maternel en public, 7 mamans sont venues allaiter aux Galeries Montagnaises le 7 octobre 2023

Autres activités réalisées

3 octobre : Atelier sur le thème « L'allaitement et le travail » à Sept-Îles

5 octobre : Atelier sur le thème « L'allaitement et le travail » à Port-Cartier

22 mères allaitantes ont participé tout au long de la semaine



Projet spécial en collaboration avec le cégep de Sept-Îles

Le 15 novembre, nous avons invité des personnes allaitantes à devenir des modèles vivants lors d'une séance de dessin en collaboration avec le cours de dessin 3 du programme Arts visuels du Cégep de Sept-Îles.

Le but de ce projet est de normaliser l'allaitement et de le rendre plus visible pour toute la population. Plus l'allaitement est visible et supporté par la population, plus les taux d'allaitement augmentent ce qui a de nombreux bénéfices pour la santé des personnes, des bébés et de la société! La suite de ce projet se déroulera lors de l'année 2024-2025.



Les formations suivies

Accompagnement à l'interruption de grossesse et à la fausse-couche

À l'été 2023, toute l'équipe a suivi une formation de 3 jours donnée par Les Passeuses qui est une entreprise féministe de liaison et de transfert de connaissances dans le domaine de la santé reproductive. Cette formation a pour but d'obtenir les compétences nécessaires en accompagnement des personnes qui ont à faire face aux différentes étapes d'une interruption de grossesse ou qui vivent les épreuves et le deuil suivant une fausse couche. À la Source peut ainsi ajouter ce volet à ses services grâce au Fonds de relance des organismes communautaires.

Accompagnement à la naissance

Afin de répondre à la demande concernant le service d'accompagnement à la naissance, nous avons fait former 4 personnes de plus cette année. Elles peuvent maintenant, elles aussi, aider les couples ou les personnes seules à avoir une bonne préparation pour l'accouchement et la période post-natale. Les formations ont été financées par le Fonds de relance des organismes communautaires.

Formation de perfectionnement pour nos doulas

Nos doulas, et les doulas innues, ont pu participer à une merveilleuse formation de trois jours offerte par Isabelle Challut, fondatrice et formatrice au Centre Pleine Lune. Ces journées ont permis à nos accompagnantes d'en apprendre plus sur les accompagnements particuliers : AVAC (accouchement vaginal après césarienne), diabète gestationnel, hypertension, pré-éclampsie, grossesses multiples, prématurité et l'accouchement d'un bébé en siège. La formation a aussi permis des réflexions sur le rôle de la doula et de revenir sur les expériences personnelles des participantes. La formation a été possible grâce au Fonds de relance des organismes communautaires.

Formation monitrice de portage

Tania et Josée ont suivi la formation pour devenir Monitrice de Portage certifiées par l'Institut National de Portage des Enfants (INPE) afin d'enseigner à notre clientèle différentes méthodes de portage physiologiques et sécuritaires. Le portage avec écharpes et autres modèles de porte-bébés comporte une panoplie de bienfaits autant pour l'enfant que pour le parent porteur, autant aux niveaux physique, psychologique et développemental. La formation a été financée par le Fonds de relance des organismes communautaires.

Les formations offertes par notre équipe

Formation de marraines d'allaitement à Sept-Îles en avril 2023

3 nouvelles marraines d'allaitement se sont ajoutées à notre belle équipe de bénévoles en suivant notre formation de 16 heures réparties sur 2 journées.

Formation en allaitement pour professionnels de la santé janvier 2024

Julie et Mélodie se sont déplacées au Centre de santé Ekuanitshit à Mingan pour former 10 intervenantes de la santé qui travaillent de près avec les mères allaitantes. Cette formation de 2 jours a été agrémentée d'un atelier de portage en soirée.



Projet doulas autochtones

Grâce au financement du MSSS du Québec, des femmes des communautés Uashat Mak Mani-Utenam, Mingan, Nutashkuan, Unamen Shipu (La Romaine) et Pakuashipi ont suivi ou suivront la formation d'Isabelle Challut du Centre Pleine Lune pour devenir accompagnante à la naissance. En formant des femmes des communautés, ce projet permet aux familles innues d'avoir du soutien et de la préparation à la naissance par les femmes de même culture, en respectant leurs valeurs et leurs rituels reliés à la naissance

Pour permettre un accompagnement complet, les femmes innues peuvent avoir un accompagnement prénatal dans leurs communautés respectives, avoir une continuité avec une doula de Uashat Mak Mani-Utenam lors de la naissance à Sept-Îles, et un accompagnement en post-natal à leur retour à la maison.

Des accompagnements complets se font pour les femmes autochtones qui demeurent près de l'hôpital de Sept-Îles.

Formation

Une deuxième cohorte de 6 doulas autochtones (accompagnantes à la naissance) a débuté une formation en mars 2024. Ces nouvelles doulas seront prêtes à faire des accompagnements dès la fin avril 2024 ce qui permet d'agrandir l'équipe à 16 doulas. Ces doulas seront réparties dans les communautés innues qui doivent venir accoucher à l'hôpital de Sept-Îles.

6 accompagnements se sont ajoutés en 2023-2024

L'équipe des doulas autochtones:

- Angèle Napess
- Annita Danniël
- Anouk Michel
- Kelly-Anne Bellefleur
- Francine Bellefleur
- Joséphine Pinette
- Karen Pinette-Michel
- Karynn Hervieux
- Mali-Jane Wilson-Vollant
- Manon Malec
- Marie-Claude Mallet
- Marie-Elsa Bellefleur
- Pierrette Mark
- Sebel Picard
- Sharon Tardif
- Suzie Courtois



Nous aussi, on s'implique!

Comité santé et condition féminine par le RFCN

Composé de représentantes d'organismes membres et des travailleuses du Regroupement des femmes de la Côte-Nord, ce comité travaillent sur les dossiers suivants : les luttes et l'avancement pour l'obtention de services de sage-femmes dans notre région. Depuis trop d'années déjà, des citoyennes demandent à être entendues mais sans succès. Elles désirent avoir accès à un tel service afin de pouvoir enfanter dans un environnement qui respecte la physiologie et obtenir un suivi pré et post natal plus personnel.

Comité des 12 jours d'actions contre la violence faites aux femmes

À chaque année, À La Source se joint aux organismes de la région qui travaillent avec et pour les femmes afin d'organiser des activités de sensibilisation. Le but de ces actions est de sensibiliser aux décès de femmes et enfants en situation de violence conjugale.

Comité 8 mars, Journée Internationale des droits des femmes

À chaque année, À La Source se joint au Centre Femmes 4 Vents, à Autour d'Elles, maison d'aide et d'hébergement, à la CSN, et au CALACS de Sept-Îles afin d'organiser une activité pour la Journée internationale des femmes.



Table régionale des organismes communautaire de la Côte-Nord

À la Source est membre de la TROC Côte-Nord, organisme à but non lucratif qui a comme mission de défendre les droits des organismes communautaires autonomes de la Côte-Nord recevant des subventions de la PSOC. Julie R., qui représente À la Source au sein du conseil d'administration, y siège à titre de présidente.

Nous aussi, on s'implique!

Mouvement pour l'autonomie dans l'enfement

À la Source est membre du Mouvement depuis plusieurs années déjà. Grâce à cet organisme en défense des droits des personnes enceintes, nous avons un suivi actif sur l'implantation et le développement des services de sages-femmes dans les régions dites éloignées.

Cette année, Tania siège sur le conseil d'administration en tant que présidente.

Table de partenaires en développement social, MRC des Sept-Rivières

À la Source fait partie de cette table constituée de nombreux partenaires de tous les milieux sociaux, afin d'allier les expertises de tous et de faire avancer des projets de développement social pour le bien-être de la population de notre MRC.

Nous y étions!

Afin de faire connaître les services d'À la Source à la population, nous aimons participer à des événements ou représentations spéciales avec un kiosque d'information! De plus, lorsque l'événement le permet, nous aimons créer un environnement invitant pour que les personnes allaitantes puissent nourrir leur bébé :

- Journée de la famille à l'aréna du Havre-Saint-Pierre
- Journée de la famille de la Maison de la famille de Port-Cartier
- Vieux-Quai en Fête
- Innu Nikamu
- Centre Éducatif l'Abri à l'occasion des 12 jours d'action contre la violence faites aux femmes



Des nouveaux comités pour mieux collaborer!

Comité citoyen *Entre mer et naissance*

En octobre 2023, À la Source a décidé de relancer un comité citoyen, qui sera indépendant de l'organisme, afin de collaborer avec le CISSS de la Côte-Nord sur le dossier des services de sages-femmes à Sept-Îles. Le comité a maintenant plus d'une dizaine de membres et a eu une rencontre avec une personne responsable de ce dossier au CISSS de la Côte-Nord.



Comité de veille en interruption de grossesse de la Côte-Nord

Ce comité provient également d'une idée d'À la Source de favoriser la collaboration des organismes qui offrent des services d'accompagnement à l'avortement. Étant un nouveau service et un sujet tabou dans notre société, nous croyons que le soutien et le développement de services entre organismes sont essentiels.

À la Source aime s'affilier aux organismes amis!

À la Source est membre de ces organismes amis :

- MAQ - Mouvement Allaitement Québec
- RNR - Regroupement Naissances Respectées
- Mouvement pour l'autonomie dans l'enfantement
- FQPN - Fédération du Québec pour le planning des naissances
- RFCN - Regroupement des femmes de la Côte-Nord
- INPE - Institut National de Portage des Enfants
- TROC Côte-Nord - Table régionale des organismes communautaires de la Côte-Nord



Financement

Subvention récurrente

PSOC

Le soutien financier obtenu grâce au Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) nous permet de garantir la pérennité des services offerts par À la Source Sept-Îles et assure l'embauche du personnel, année après année. Grâce à la PSOC, nous pouvons nous assurer d'accomplir une partie de notre mission.



Subvention non- récurrente

Centraide Duplessis

Nous sommes très heureux d'avoir pu compter encore cette année sur le soutien tellement précieux de Centraide Duplessis qui ont su comprendre les défis financiers auxquels À la Source doit faire face à chaque année, pour maintenir des services de qualités. Grâce à ce bel ajout parmi nos bailleurs de fonds, nous avons pu faire les changements nécessaires pour la rétention de nos employées et assurer ainsi les services que nous offrons aux familles de la région.



Subventions par projets

Subvention du MSSS du Québec

Subvention remise dans le but de démarrer un projet de doula autochtones. À la Source a été choisi afin de démarrer ce service de sécurisation culturelle dans la maternité, pour les femmes innus qui accouchent à Sept-Îles.



Fonds de relance des services communautaires

Ce fonds est un investissement unique du gouvernement du Canada pour aider les organismes de bienfaisance et les organismes sans but lucratif à s'adapter dans un contexte de relance post-pandémique. Grâce à cette subvention, nous avons été capable d'offrir des formations aux employées et bénévoles afin de mieux répondre aux besoins de la population. De plus, nous avons mis à jour nos équipements électroniques pour diminuer les problèmes informatiques auxquels nous devons faire face quotidiennement.



Financement

Subventions par projets suite

Ententes avec le CISSS de la Côte-Nord

Comme dans les années passées, nous avons reçu 3 000\$ du CISSS de la Côte-Nord, afin de promouvoir l'allaitement maternel dans la région de Sept-Îles, et 1 000\$ pour promouvoir celui-ci dans la région de Port-Cartier.



Campagnes et dons

Port de Sept-Îles et la Microbrasserie La Compagnie

En partenariat avec La Compagnie, le Port de Sept-Îles nous ont remis 3 500\$ dont une partie provient des ventes de la bière locale La Pointe aux Basques. Nous sommes très reconnaissants et extrêmement choyés d'avoir été choisis encore une fois!

De plus, la Microbrasserie remettait 1\$ par pinte de bière vendue à notre organisme lors de la Journée internationale des droits des femmes!



La Fabrique à Souvenirs avec Kimberly Walsh

Suite à une journée de mini séances photos pour la fête des mères, Kimberly a remis 570\$ à À la Source!



NNC Solutions (détaillant TELUS)

Pour soutenir notre mission, NNC Solutions remettait 10\$ à notre organisme pour chaque appareil rapporté. 400\$ a été remis à notre organisme en 2023-2024!



Financement

Campagnes et dons

Kateri Champagne Jourdain

Grâce au programme de soutien à l'action bénévole, notre députée a choisi notre organisme pour nous remettre un don de 2500\$!

Le syndicat des intervenantes et intervenants de la santé du Nord-Est québécois

Le SIISNEQ nous a remis un merveilleux don de 300\$ pour nous soutenir!



Club Rotary de Sept-Îles

Rotary nous a offert leur soutien en nous fournissant du matériel plus que nécessaire pour notre organisme. D'une valeur de 4500\$, nous avons renouvelé des meubles intérieurs et extérieurs et nous avons fait l'achat de matériels pour mieux outiller nos accompagnantes à la naissance.



Autre méthode de financement

Éco-boutique

La boutique d'À la Source vend des produits écologiques et québécois. Du vêtement peau-à-peau en passant par le portage et les accessoires d'allaitement, les articles que vous y trouverez ont tous une connotation environnementale et se marient bien avec notre mission de santé et de bien-être.



Merci à tous nos clients de croire en nous et de nous encourager!

Nos autres merveilleux donateurs

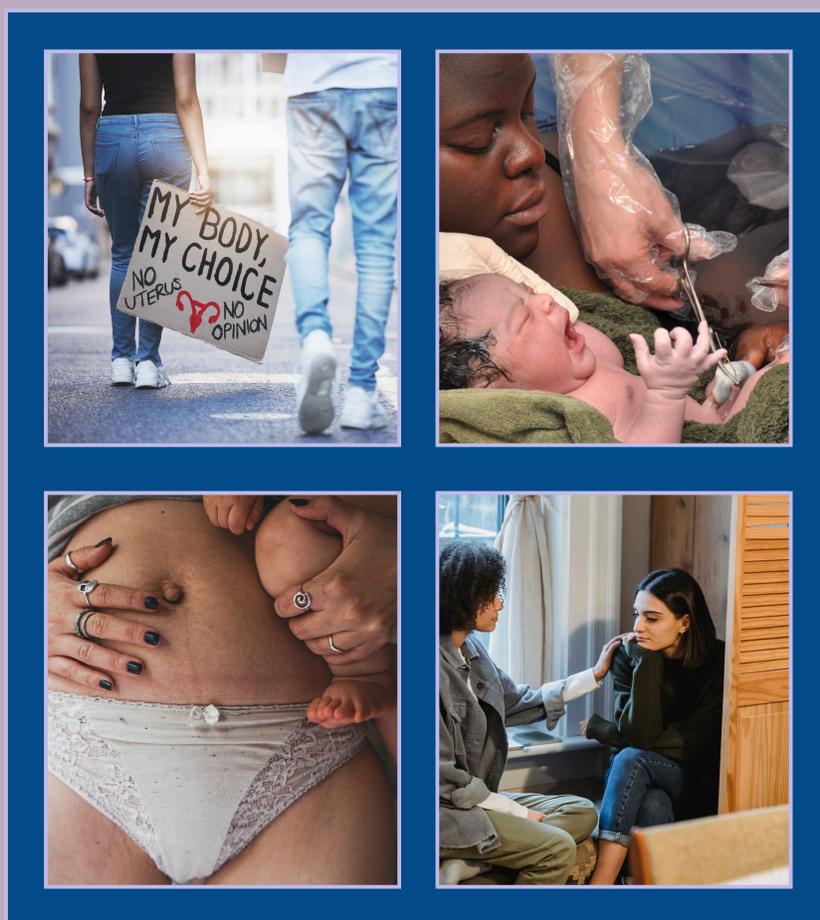
🕯 Dr Alexandre Gauvreau

🕯 Le Diamant Bar-Terrasse

🕯 Leny St-Laurent

🕯 Nicolas Normand

Un énorme merci à toutes les personnes et organisations qui ont soutenu notre organisme cette année!





gustine



Financé par le gouvernement du Canada par le Fonds de relance des services communautaires

