



RAPPORT D'ACTIVITÉS 2023-2024

Entraide Naturo-Lait



Entraide Naturo-Lait
Groupe de soutien à l'allaitement

CRÉDITS

**Rédaction
et révision linguistique**
Toute l'équipe

**Conception graphique
et mise en page**
Marie-Michelle Lacroix

Photos / portraits
Caméléon Agence de marque

Témoignages
Julie - maman de Clarence
Marie-Christine - maman de Louis-Émile
Marielle - maman de Louis-Thomas
Émilie - maman de Félix
Diane - maman de Kayla
Emmanuelle et Pierre-André - parents d'Émile

TABLE DES MATIÈRES

04

Mot de l'équipe

08

Notre équipe

- 08 L'équipe de travail
- 10 Le conseil d'administration
- 11 L'équipe de bénévoles

26

Rayonnement
& développements

- 28 Nos chandails
- 28 Nos outils de communication
- 29 Vidéo promo
- 29 Téléphonie IP

05

Mot de la présidence

12

Nos services

- 12 Ligne d'écoute téléphonique
- 14 Consultations d'allaitement
- 16 Marrainage
- 17 Location de tire-lait
- 18 Ostéo-allaitement
- 19 Portage

30

Autres initiatives
& remerciements

07

Entraide Naturo-Lait

- 07 Notre histoire
- 07 Notre mission
- 07 Nos valeurs

- 20 Matinées lactées & pauses lactées
- 22 Sacs découverte
- 23 Lait Ficelles
- 24 Rencontres prénatales
- 26 Le Lotus

33

Nos orientations
2024-2025

MOT DE L'ÉQUIPE

Avec beaucoup d'enthousiasme, nous vous présentons aujourd'hui le rapport d'activités de l'année 2023-2024 de la grande famille d'Entraide Naturo-Lait.

Au vu des références des intervenants du système de santé et de nos autres collègues en périnatalité, force est de constater qu'Entraide Naturo-Lait est considéré comme un partenaire de confiance avec qui il fait bon collaborer. Le référencement par les familles ayant déjà utilisé nos services est également une démonstration claire des répercussions positives apportées par nos actions.

Cette année encore, nous continuons d'observer une fréquentation active et assidue à nos rencontres de groupe, autant en prénatal qu'en postnatal. Les parents que nous atteignons en prénatal semblent ensuite venir plus rapidement vers nous pour du soutien et des conseils lorsqu'ils rencontrent des défis.

La générosité des bénévoles qui s'impliquent chez Entraide Naturo-Lait - sur la ligne d'écoute, au marrainage, aux Matinées lactées ainsi qu'au conseil d'administration - est une grande richesse. Leur engagement indéfectible permet à l'organisme d'accomplir son rôle avec impact et succès.

Notre équipe de travail, solide et dévouée, se montre imaginative entre autres pour rechercher de nouvelles sources de financement afin de pérenniser des projets qui font grandir Entraide Naturo-Lait. Nous avons également l'immense privilège de pouvoir compter sur un conseil d'administration fort et impliqué qui permet à l'organisme de déployer tous les moyens possibles pour mieux rayonner.

Nous poursuivons notre mission avec toujours autant d'ardeur et tentons sans cesse de réinventer notre offre aux familles, sinon de la bonifier. Un merci chaleureux à chacune de nos membres pour le temps, l'énergie et le savoir-être offerts aux parents et bébés qui viennent vers nous.

**Sophie Lapierre,
Sarah Magnan,
Andrée Mainville,
Mélicca Morin**

MOT DE LA PRÉSIDENTE

C'est avec beaucoup de fierté que je vous communique les réalisations 2023-2024 de notre conseil d'administration en collaboration avec une équipe de la permanence toujours aussi passionnée par les familles et leurs objectifs en allaitement.

Encore cette année, les sous-comités formés par le conseil d'administration se sont révélés pertinents. Je tiens à saluer toutes les administratrices pour leur assiduité et leur engagement sincère envers l'organisme.

Depuis 2022, nous effectuons une révision des conditions de travail de l'équipe d'ENL et il était grand temps de remettre la politique de travail à jour. Nous sommes heureuses de pouvoir offrir des conditions de qualité à la hauteur de la valeur des ressources qui se dévouent quotidiennement pour assurer les services de l'organisme. Ce processus collaboratif est rendu possible grâce au soutien de nos fidèles partenaires financiers.

Nous tenons également à souligner l'engagement de l'ensemble des bénévoles envers la mission de notre organisation. Merci de répondre présentes aux demandes d'ENL et de participer à sa vie communautaire. Votre précieux temps fait toute la différence dans la vie des familles allaitantes et nous vous en sommes extrêmement reconnaissantes.

Enfin, je tenais à saluer le sens de l'initiative de l'équipe de cocommunication au niveau de la diversification des sources de financement toujours présente. Leur vision stratégique, leur sens de l'innovation et leur préoccupation du bien-être des familles se ressentent dans leurs actions au quotidien comme à haut niveau.

Au nom de mes collègues du conseil d'administration et à la suite de cette dernière année, je peux me porter garante d'un avenir porteur d'espoir pour Entraide Naturo-Lait.

Flavie Ressiot
Présidente du conseil d'administration



NOTRE HISTOIRE

Le 19 avril 1982, Naturo-Lait voyait le jour pour soutenir avec respect et souplesse les mères dans leur objectif d'allaitement. En 1985, le groupe devient un organisme à but non lucratif sous le nom d'Entraide Naturo-Lait. Nous soutenons donc, depuis maintenant plus de 40 ans, les familles allaitantes avec ouverture et respect.

NOTRE MISSION

Entraide Naturo-Lait fournit à toutes les familles qui le requièrent l'accompagnement nécessaire à leur expérience unique d'allaitement. Nous proposons de l'information et du soutien ainsi que des services en périnatalité.

Entraide Naturo-Lait favorise l'entraide et l'implication entre ses salariées et bénévoles.

NOS VALEURS

Entraide Naturo-Lait est la somme des couleurs des personnes qui s'impliquent afin de poursuivre sa mission. Leur engagement s'appuie sur la concertation, la collaboration, l'autonomisation, la bienveillance et le plaisir pour créer un environnement propice à l'entraide, au partage, au respect, et à l'écoute.

L'ÉQUIPE DE TRAVAIL



Sophie Lapierre

Sophie a joint l'équipe d'Entraide Naturo-Lait en 2008. Elle effectue des consultations en allaitement. Son attitude calme et son expérience diversifiée auprès de ses cinq enfants font d'elle une consultante IBCLC à l'écoute du rythme des nouvelles familles qu'elle accompagne.



Andrée Mainville

Andrée fait partie d'Entraide Naturo-Lait depuis 2008. Elle effectue des consultations en allaitement, anime des Matinées lactées et coordonne plusieurs projets de l'organisme. Andrée est appréciée pour son dynamisme, son sens de l'initiative et son accompagnement rassurant auprès des parents. Elle est aussi une maman impliquée auprès de ses trois grands enfants.



Sarah Magnan

Sarah s'est jointe à l'équipe en 2021 comme responsable des bénévoles, chargée de projet et animatrice des rencontres prénatales et posnatales. Les parents apprécient son calme et son ouverture, son écoute précieuse et sa qualité de présence exceptionnelle. Elle est mère de trois jeunes enfants.



Mélissa Morin

Mélissa est impliquée au sein d'Entraide Naturo-Lait depuis 2002. Elle est reconnue pour son écoute bienveillante, son attitude ouverte, exempte de jugement et sa présence apaisante. En plus d'effectuer des consultations en allaitement, elle est également monitrice de portage. Sa certification IBCLC et son expérience d'allaitement de six enfants font d'elle une personne clé de notre organisme.

L'équipe de travail permanente a été complétée par l'apport précieux de contractuels :
Solutions comptables Groupe RDL
Renée Dionne, technicienne comptable
Jennifer Dumont, ostéopathe D.O.
Annie Vallières, ostéopathe

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Nos administratrices pour l'année 2023-2024 :

- **Flavie Rassicot**, présidente
- **Alexandra Beauregard-Bouchard**, vice-présidente
- **Mireille Bilodeau-Carrier**, secrétaire
- **Julie Huot**, trésorière
- **Valérie Beaudet**, administratrice
- **Marie-Audrey Turmel**, administratrice
- **Marie-Anne Bérubé**, administratrice

Nous tenons à remercier Anne-Marie Poulin qui a quitté en cours de mandat.



Julie Huot, Flavie Rassicot, Valérie Beaudet, Mireille Bilodeau-Carrier et Marie-Anne Bérubé

L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES

Entraide Naturo-Lait a eu le privilège de compter sur une équipe dynamique de trente bénévoles en 2023-2024! Les bénévoles assurent une permanence sur la ligne d'écoute, tous les jours, de 9h à 21h. Elles apportent une aide précieuse aux parents grâce à leur grand cœur, leur écoute et leurs conseils. L'entraide au sein de l'équipe des bénévoles est très présente et facilitée grâce au groupe Facebook dédié aux bénévoles. Les réunions mensuelles contribuent à tisser des liens au sein de l'équipe, à augmenter le sentiment d'appartenance et à partager nos connaissances.

Chères bénévoles, merci pour votre temps et votre investissement, vous êtes le cœur d'ENL! L'implication et le temps investi par chacune de vous aide Entraide Naturo-Lait à réaliser sa mission avec encore plus de succès et de rayonnement.



Il n'y a rien de plus beau que la solidarité entre mères. Savoir qu'on est là pour soutenir d'autres femmes dans un moment de vulnérabilité, c'est très précieux. Même si chaque expérience d'allaitement est différente, ça demeure un lien qui nous unit et permet de créer une communauté qui se supporte.



— Julie, maman de Clarence et bénévole depuis janvier 2023



Nos services

LIGNE D'ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE

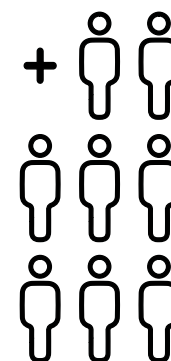
La ligne d'écoute est la porte d'entrée des familles vers nos services ! Nos bénévoles de la ligne d'écoute sont des mères ayant allaité leur enfant et souhaitant offrir écoute et conseils aux familles allaitantes.

En plus de recevoir une formation de base en relation d'aide et en allaitement, elles ont la chance de participer à différentes rencontres de formation continue sur des sujets qui touchent de près la périnatalité. Des rencontres sociales sont aussi prévues pour renforcer les liens entre les bénévoles et le sentiment d'appartenance à l'organisme.

- **1er mai 2023** - Formation conférences Gold et échanges
- **25 septembre 2023** - Rencontre mise à jour des services offerts par Entraide Naturo-Lait
- **11 novembre 2023** - Pièce de théâtre pour tout-petits « Le Bain » au Théâtre jeunesse Les Gros Becs
- **20 novembre 2023** - Formation sur le « Sommeil de bébé » suite au Symposium de la Ligue la Leche
- **7 janvier 2024** - Fête familiale de Noël au Centre Durocher
- **22 février 2024** - Activité sociale « Bière et frites »
- **25 mars 2024** - Formation Technique d'intervention sensorielle pour parents allaitants

Ces moments sont précieux car ils aident à consolider l'équipe et à maintenir des interventions axées sur les valeurs d'Entraide Naturo-Lait.

30 BÉNÉVOLES ACTIVES EN 2023-2024

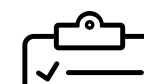


4 380
HEURES
D'ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE



500
APPELS REÇUS
150 BORDEREAUX REMPLIS

215



FORMULAIRES DE CONTACT
REMPIS VIA LE SITE WEB

27



MESSAGES EN PRIVÉ
REÇUS SUR LA PAGE D'ENL

CONSULTATIONS D'ALLAITEMENT

Nos consultations d'allaitement se déroulent dans nos locaux sur rendez-vous. Elles permettent aux parents d'améliorer la mise au sein de leur bébé, d'effectuer un suivi de poids, et de recevoir conseils et stratégies pour bonifier leur allaitement. Ces parents sont parfois référés par le CLSC de leur quartier, ou encore par nos bénévoles de la ligne d'écoute.

Il est primordial pour nous de respecter le rythme et les objectifs d'allaitement quels qu'ils soient. Nous soulignons les efforts des parents avec encouragement et notre approche humaine calme et bienveillante permet d'établir un lien de confiance avec eux afin qu'ils se sentent de plus en plus compétents dans leur rôle de parent.



CETTE ANNÉE

512

**CONSULTATIONS
EFFECTUÉES, RÉPARTIES
COMME SUIV...**

- 306 consultations en présence pour des soucis d'allaitement
- 82 consultations d'ostéo-allaitement
- 25 consultations de portage et allaitement
- 7 consultations téléphoniques et virtuelles par les consultantes
- 92 rendez-vous pour achat et location de matériel d'allaitement



Après un accouchement mouvementé à 37 semaines, une hospitalisation pour mon petit loup et une sévère mastite, je sentais que mon allaitement était compromis. À cours de ressources, je me suis tournée vers Entraide Naturo-Lait. Et si aujourd'hui j'ai encore la chance de vivre chaque jour cette connexion irremplaçable avec mon enfant, c'est sans aucun doute grâce à l'écoute attentive, la bienveillance et les précieux conseils de l'incroyable équipe d'ENL.

— Marie-Christine, maman de Louis-Émile



MARRAINAGE

L'offre de marrainage qui avait été mise en place en pandémie est à présent un service à part entière, de plus en plus utilisé par les familles et pour lequel nos bénévoles sont de plus en plus sollicités. Le marrainage est un accompagnement personnalisé qui peut s'étendre à toute la durée de l'allaitement.

En effet, pas moins de 40 jumelages ont été effectués au cours de l'année passée, qui ont impliqué quinze bénévoles/marraines. Puisque la demande de marrainage peut être effectuée avant la naissance de bébé, le lien établi permet de préparer les parents aux débuts de l'allaitement et de les soutenir selon leurs objectifs. Des parents ressentent le besoin d'être accompagnés davantage, suite à l'arrivée de leur bébé, la présence d'une marraine permet de mieux les soutenir et de les référer vers nos services au besoin.

40
JUMELAGES



ONT ÉTÉ EFFECTUÉS EN 2023-2024
QUI ONT IMPLIQUÉ

15



BÉNÉVOLES /
MARRAINES



Avoir une marraine chez Entraide Naturo-Lait nous a permis de nous sentir soutenus et compris lors de nos débuts dans la grande aventure de l'allaitement. Nous sommes infiniment reconnaissants de bénéficier de l'écoute et des conseils d'une personne aussi bienveillante. Son approche sans jugement et dans le respect de notre expérience personnelle nous a aidé à gagner confiance en nous!

— Marielle, maman de Louis-Thomas



LOCATION DE TIRE-LAIT

Les parents ont parfois besoin d'outils supplémentaires pour atteindre leurs objectifs d'allaitement et un tire-lait de qualité hospitalière peut être nécessaire pour un temps donné.

Nous disposons sur place d'une flotte de tire-lait disponible pour location. Les familles peuvent également se procurer des accessoires d'allaitements tels que tire-lait à usage personnel, pièces de tire-lait et soutien-gorge d'allaitement. Les prix de location et de vente sont établis en concertation avec les autres groupes de soutien en allaitement de façon à ce que tous les groupes communautaires offrent les mêmes tarifs. Il arrive aussi fréquemment que nous agissions en partenariat avec les CLSC locaux pour soutenir les familles présentant des critères de vulnérabilité. Nous croyons que cela contribue à diminuer les inégalités et à tous les parents d'avoir les mêmes chances de poursuivre leur allaitement.

SOUTIEN FINANCIER

Cette année, nous avons été récipiendaires d'un soutien financier de la Fondation Québec Philanthrope du Fonds « Fondation des jeunes Mamans du Québec » pour un montant de 3 910 \$. Cet argent nous a permis d'acheter de nouveaux moteurs et ensembles de tubulures pouvant être prêtés et remis gratuitement aux familles en situation de vulnérabilité.

CETTE ANNÉE,

106 PRÊTS
DE TIRE-LAIT



80
FAMILLES

EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ
ONT BÉNÉFICIÉ DU PRÊT GRATUIT
D'UN MOTEUR.

OSTÉO - ALLAITEMENT

Depuis plusieurs années déjà, Entraide Naturo-Lait offre des services d'ostéo-allaitement pour rendre l'allaitement moins douloureux et plus efficace. Depuis trois ans, nous avons le privilège de compter sur l'expertise de deux ostéopathes, Jennifer Dumont et Annie Vallières. Ces deux professionnelles d'expérience se relaient pour traiter les nouveau-nés qui présentent des difficultés mécaniques de succion nuisant à l'allaitement, et qui sont préalablement adressés à notre organisme par un professionnel de la santé. Comme pour les autres services d'Entraide Naturo-lait, les consultations d'ostéo-allaitement sont offertes gratuitement. Environ deux plages horaires par semaine sont dédiées à ce service, et ce, toute l'année.

92 CONSULTATIONS OSTÉO-ALLAITEMENT
AU COURS DE L'ANNÉE 2023-2024



PORTAGE

Les consultations allaitement/portage d'Entraide Naturo-Lait sont des rencontres personnalisées individuelles qui permettent aux parents de se familiariser avec ce moyen simple de se faciliter la vie, tout en pouvant bénéficier de conseils d'allaitement. Le portage de bébé, dans une écharpe ou un porte-bébé préformé, permet une grande proximité parent/enfant et favorise le développement de l'enfant. Ce service est offert par Mélissa Morin, consultante en lactation et aussi monitrice de portage certifiée. Une plage horaire par semaine est disponible pour ce service, toute l'année durant. En 2021, nous avons également mis sur pied un système de prêt de porte-bébé pour les familles qui n'en possèdent pas déjà un. Nous disposons à cet effet d'une flotte de 20 porte-bébé et 26 prêts ont été effectués au cours de l'année.

25 
CONSULTATIONS
DE PORTAGE
AU COURS
DE L'ANNÉE
2023-2024
26
PORTE-BÉBÉ
PRÊTÉS GRATUITEMENT



MATINÉES LACTÉES & PAUSES LACTÉES

Les Matinées lactées et Pauses lactées sont des rencontres postnatales que nous offrons dans plusieurs endroits à Québec et parfois en partenariat avec d'autres organismes.

De plus, pendant le temps chaud, nous avons eu la chance de tenir ces rencontres en plein-air, dans les parcs de quartier. Ces moments permettent de soutenir les nouvelles familles dans leur parentalité en leur offrant l'occasion de côtoyer ou du moins d'observer d'autres familles ayant un quotidien similaire au leur. Lors de ces rencontres, les parents ont accès à une balance qui leur permet de se sécuriser par rapport au gain de poids du bébé.

Les bébés aussi aiment les Matinées lactées ! Il est intéressant pour eux d'observer d'autres dyades mères-enfants jouer ensemble. De plus, les échanges mère-à-mère peuvent être inspirants pour plusieurs parents. Nous croyons que normaliser ce que les nouvelles familles vivent au quotidien peut faire descendre la pression des parents, déjà sollicités par leur nouveau rôle de vie.

110 RENCONTRES
POSNATALES



180 FAMILLES
REJOINTES

Les rencontres sont habituellement libres, mais nous avons reçu quelques invitées ou partenaires pour traiter de certains sujets :

- **11 décembre 2023** - Lecture avec Camille Poulin, orthophoniste
- **12 février 2024** - Langage signé avec Camille Poulin, orthophoniste de Ressources Naissances
- **4 mars 2024** - Développement moteur avec l'ostéopathe Annie Vallières et remise du Sac Découverte
- **18 mars 2024** - Diversification alimentaire avec la technicienne en diététique Chantal Paquet



Les Matinées et Pauses lactées ont joué un rôle essentiel dans mon congé de maternité, car elles m'ont fourni un lieu pour socialiser, ventiler, obtenir des conseils et partager mes expériences. En plus, j'y ai vu mon garçon grandir et développer des capacités, notamment des liens avec d'autres adultes. Nous étions toujours les bienvenus aux Matinées!

— Émilie, maman de Félix



Nous aimerions profiter de ce rapport d'activités pour remercier nos fidèles partenaires qui ont permis un accès gratuit à leurs locaux pour la tenue des Matinées lactées :

- En Basse-ville, en partenariat avec **Commun'action 0-5** ;
- Dans Vanier en partenariat avec **Ressources Parents Vanier** - organisme pour les familles ;
- Dans Limoilou, dans les locaux du **Centre Mgr-Marcoux**.

SACS DÉCOUVERTE

Il s'agit d'un projet qui offre aux familles quelques jouets d'éveil et un livre cartonné, le tout offert dans un mignon petit sac identifié Entraide Naturo-Lait. Ces sacs ont remporté un vif succès et nous avons eu envie de pérenniser le projet. Pour ce faire, nous avons eu la chance d'obtenir un financement du Fonds d'aide au développement du milieu des caisses Desjardins. Il s'agit d'un montant de 12 150 \$ qui nous permettra de distribuer 100 sacs par année pendant trois ans.

La distribution des sacs découverte permet aux parents d'avoir de nouvelles idées d'interaction avec leur enfant et d'avoir du matériel pour le stimuler au cours de ses premiers mois de vie. Le jeu est un bon prétexte pour développer le lien parent-enfant, la motricité et le langage. Le parent est au centre de la découverte de son bébé: il est en action et à l'écoute et il se sent valorisé dans son rôle. Le bébé développe un lien significatif avec son parent, dans le plaisir et l'amour. Les parents apprécient ce don et sont émerveillés de voir toutes les possibilités d'interaction avec leur bébé !



LAIT FICELLES

Le projet Lait Ficelles est un projet concerté des cinq groupes de soutien en allaitement de la région. Le COCOGREN est fiduciaire de la subvention reçue du Programme de subventions de projets liés aux activités de promotion de la santé et de prévention (PSAPP) du Plan d'action régional de santé publique de la Capitale-Nationale. Sur deux ans, nous animerons des ateliers pour quatre cohortes de mamans. Les mères nous sont référées en majorité par l'équipe d'intervenantes OLO-SIPPE.

Le projet Lait-Ficelles a comme fil conducteur l'attachement parental. Nos cohortes sont composées de six familles afin de favoriser les échanges, le lien de confiance et la collaboration mutuelle. Elles participent à quatre ateliers proposant différentes thématiques liées à la fois à l'allaitement, l'attachement et les besoins du bébé. Les thèmes abordés sont le sommeil du nourrisson, le portage et le peau-à-peau, le développement global du bébé par le jeu et la diversification alimentaire. Pour chaque atelier, une collation est offerte ainsi que des cadeaux (prêt d'un porte-bébé, abonnement à la Joujouthèque Basse-Ville, etc.).



RENCONTRES PRÉNATALES

Les futurs parents sont à la recherche d'informations pour se préparer à l'arrivée d'un nouveau-né. Nos rencontres prénatales offrent l'occasion d'en apprendre sur les premières semaines de vie, le démarrage de l'allaitement et nos services pour les soutenir. Les participants ont l'espace pour poser leurs questions et surtout discuter de leur réalité parentale à venir. Il n'est pas rare de revoir les parents qui ont assisté à ces rencontres dans nos services en postnatal.

POUR L'ANNÉE 2023-2024,
IL S'EST DONNÉ

7

RENCONTRES

QUI ONT RASSEMBLÉ

57

PARTICIPANTS FUTURS
PARENTS



RENCONTRE PRÉNATALE EN COLLABORATION AVEC LE CIUSSS

Cette action est financée par le fonds des Rencontres prénatales des groupes d'entraide en allaitement (RPGEA) du Comité de concertation des groupes d'entraide en allaitement (COCOGREN) via le Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP). Les rencontres ont lieu en ligne, en collaboration avec les infirmières de CLSC, et nous permettent de rejoindre une trentaine de futurs parents à chaque fois. Nous offrons à ces derniers, le visionnement de la vidéo « Les premières semaines de l'allaitement », financée et réalisée par le COCOGREN. Ces rencontres nous permettent d'outiller les parents pour l'arrivée de leur nouveau-né et le démarrage de l'allaitement ainsi que de leur présenter les services disponibles dans la région de la Capitale-Nationale.



PROJET CONCERTÉ EN PÉRINATALITÉ SOCIALE

LE LOTUS

Entraide Naturo-Lait a la chance d'être partenaire d'un projet innovant dans la région, financé par le ministère de la Santé et des Services sociaux. L'objectif de la périnatalité sociale est d'accompagner la maman et sa famille de la conception de l'enfant jusqu'à ses 5 ans. Le projet Le Lotus vise à rejoindre et soutenir une clientèle présentant divers facteurs de vulnérabilité et demeurant dans les quartiers centraux de Québec pour simplifier l'accès aux services existants du réseau, réduire les inégalités sociales de santé, et ainsi favoriser la création d'un réseau de soutien.

Plusieurs acteurs sont impliqués dans ce projet. Pour le volet communautaire, en plus d'Entraide Naturo-Lait sont présents: le Service de périnatalité pour les femmes immigrantes de Québec, Commun'action 0-5 et le Collectif les Accompagnantes. Pour le réseau de la santé: la Maison des naissances de la Capitale nationale, les intervenantes OLO-SIPPE-JED (Jeunesse en difficulté), les CLSC Basse-ville, Limoilou et Vanier et la psychiatrie périnatale IUSMQ. La clinique médicale de proximité Saint-Roch et ses intervenants assurent le suivi médical des familles et sont le pivot du projet.

La participation d'Entraide Naturo-Lait à ce projet consiste à offrir tous les outils et l'aide nécessaire au succès de l'allaitement pour les femmes le désirant, de la période prénatale jusqu'à la fin de l'allaitement. Nos services adaptés pour les mères Lotus nous ont permis d'offrir un service personnalisé et adapté aux besoins de chaque famille. Nous avons aussi bonifié notre atelier en prénatal en fusionnant notre rencontre avec celle du Collectif les Accompagnantes. Lors de nos 6 ateliers, nous avons rencontré une quinzaine de mères. Notre atelier commun permettait aussi de remettre une trousse de bienvenue aux participantes dans laquelle se trouvait du matériel essentiel autant pour maman que pour bébé en postnatal immédiat.

Notre consultante en lactation IBCLC a effectué une trentaine de visites à domicile suite à la naissance de bébé. Elle a pu aider les mères à mettre leur bébé au sein avec plus de confort et à rendre la tétée plus efficace. Nous remettons à chaque mère un soutien-gorge d'allaitement ainsi que le matériel d'allaitement dont elle a besoin pour faciliter son quotidien. Nous avons prêté une vingtaine des tire-laits aux familles qui requièrent cet outil pour assurer la pérennité de leur allaitement. Notre consultante réfère aussi les bébés ayant des difficultés mécaniques de succion à une consultation d'ostéo-allaitement.

Nous avons prodigué un accompagnement personnalisé pour les mères qui le souhaitent pour les soutenir à chaque étape de leur allaitement. L'accompagnement d'une vingtaine de mères s'est majoritairement fait par téléphone mais s'est aussi effectué lors de visites à domicile. Nous avons tenu des rencontres postnatales, en Basse-Ville, à Vanier et dans Limoilou, pour répondre aux questions des mères et pour peser bébé au besoin. Au cours de ces 73 rencontres, nous avons abordé les sujets amenés par les mères tels que l'allaitement de nuit, le sevrage, l'allaitement et la relation entre l'allaitement et l'introduction de l'alimentation.

Nous avons aussi prêté aux mères qui le souhaitaient un porte-bébé pour faciliter le quotidien et entretenir une relation de proximité entre elles et leurs bébés.



POUR L'ANNÉE 2023-2024,
ONT ÉTÉ EFFECTUÉES

30



CONSULTATIONS
D'ALLAITEMENT
À DOMICILE

DANS LE CADRE DU PROJET LOTUS



Ma rencontre avec Sophie et Sarah, suite à mon accouchement, a fait toute la différence dans ma vie de maman et dans celle de mon bébé. Elles m'ont accompagné durant les premiers mois de mon allaitement et mon bébé a commencé à bien prendre son poids. J'ai été rassurée et mes inquiétudes étaient finies ainsi que mes douleurs aux seins. J'ai appris comment allaiter mon bébé jusqu'à maintenant. À neuf mois, Kayla est beaucoup plus à l'aise avec l'allaitement et refuse le biberon.



— Diane, maman de Kayla

NOS CHANDAILS

Nous avons souhaité offrir un cadeau à nos précieuses bénévoles et par le fait même augmenter notre visibilité. Nous avons maintenant des chandails à l'effigie du logo d'Entraide Naturo-Lait. Nos bénévoles ont apprécié le cadeau et portent fièrement les couleurs de notre organisme! Merci à nos amis de Caméléon pour la confection.

NOS OUTILS DE COMMUNICATION

Depuis plusieurs années, nous n'avions plus d'outils de communication pour faire connaître nos services. Après avoir retravaillé le logo et avoir mis en ligne notre site internet, c'était la prochaine étape pour poursuivre notre rayonnement! Nous avons fait appel à Caméléon pour créer plusieurs outils à notre image : aimants, cartes d'affaires, macarons et encarts. Notre organisme possède maintenant diverses cartes de visite pour rejoindre les futurs ou nouveaux parents. Nous serons fiers de distribuer ces outils à nos partenaires du réseau de la santé et du communautaire pour qu'ils les remettent aux parents.



VIDÉO DE PROMO

Fort d'un partenariat avec Mobilisation Haute-Ville, Entraide Naturo-Lait a maintenant une vidéo promotionnelle de qualité. Le tournage s'est déroulé autant dans les locaux de Mobilisation Haute-Ville que dans nos locaux lors de nos activités. Deux membres de notre équipe ont pu expliquer nos services et démontrer toute l'ouverture d'esprit avec laquelle nous accueillons les familles. Les images prises sur le vif durant une consultation et durant une Matinée Lactée permettent de bien saisir notre travail en collaboration avec les familles. Nous pourrions l'utiliser à l'avenir comme carte de visite pour les parents ne connaissant pas encore notre organisme et nos services.

TÉLÉPHONIE IP

Nous avons décidé de faire le saut vers la téléphonie IP pour améliorer notre prise d'appels autant sur la ligne d'écoute qu'au bureau. En téléchargeant l'application, nous pouvons répondre en direct aux appels des parents qui tentent de nous contacter peu importe où nous nous trouvons. Ainsi, les appels ne sont pas directement dirigés vers une boîte vocale. Le changement s'est bien déroulé autant pour l'équipe de travail que pour les bénévoles. Nous apprécions la flexibilité que nous donne cette technologie et la possibilité que les parents qui contactent la ligne d'écoute aient accès immédiatement aux conseils de nos bénévoles.



FORMATIONS

Nous sommes persuadées qu'il est essentiel que les membres de notre équipe ainsi que nos bénévoles aient accès à de la formation continue. Cette année, nous avons mis les bouchées doubles pour enrichir nos connaissances entre autres en allaitement, en relation d'aide, et en compétences multiculturelles.

Les 3 et 4 avril 2023, dans le cadre d'une journée organisée par le COCOGREN, Andrée, Sarah et plusieurs de nos bénévoles ont eu la chance d'assister à plusieurs conférences données dans nos locaux, en présence des autres groupes de soutien en allaitement : « Trauma sexuel en période périnatale: compréhension, repérage et outils d'intervention », « Les pleurs, le pouvoir du réconfort », « Trajectoire des soins en allaitement dans la Capitale-Nationale: savoir-être, faire et partager », « Le tempérament du bébé, quels impacts sur le sommeil », « L'allaitement et le sentiment de compétence des parents ? », « La périnatalité et ses implications oro-buccales ».

Cette année encore, Entraide Naturo-Lait s'est procuré un accès aux conférences Gold, une série de conférences virtuelles internationales données par des experts en la matière. Ces conférences peuvent s'écouter en temps réel ou être écoutées à notre convenance, dans les semaines qui suivent. Plusieurs de ces conférences sont inspirantes pour les pratiques d'Entraide Naturo-Lait.

Le 3 octobre, Andrée et Sarah ont assisté en ligne à quelques conférences données dans le cadre de la Journée des professionnel.les en allaitement: « Allaiter avec une amputation d'un membre supérieur: l'histoire de Mme Tremblay », « Laryngomalacie et allaitement: au-delà du stridor », « Conciliation allaitement, travail, étude: oui, c'est possible! » et enfin: « Soutenir, optimiser et augmenter la production lactée ». Quelques jours plus tard, le 11 octobre 2023, Andrée et Sarah ont pu assister à la conférence « Réduire les impacts des traumatismes sexuels en période périnatale : Outils et références », donnée par l'association pour la santé publique du Québec (AS PQ).

Le 16 novembre, les quatre membres de l'équipe de travail d'Entraide Naturo-Lait se sont rendues à Montréal pour assister au Symposium de la Ligue la Leche. En plus d'être un moment agréable de consolidation d'équipe, elles ont eu la chance de passer la journée en compagnie de Claude Didier-Jean-Jouveau, une sommité mondiale en allaitement, qui a offert des conférences qui portaient sur entre autres le sommeil du nouveau-né, l'allaitement prolongé et l'allaitement dans les lieux publics.

Le 24 novembre, Andrée a assisté à la conférence « Pas de DG! Comment ça fonctionne? », pour valider et améliorer nos manières de fonctionner au niveau administratif.

Le 16 décembre s'est tenue la journée Reconnaissance des bénévoles à la salle Mary Woods du YWCA, où les bénévoles de tous les groupes de soutien en allaitement de la région étaient conviés. Nous avons pu entendre les conférences « Le tire-allaitement exclusif: une pratique qui diffère de l'allaitement au sein » et « Allaitement et prématurité: comprendre pour mieux soutenir ».

Le 11 janvier, Andrée, Sarah et Sophie ont pris part à la 8e édition de « La Grande Matinée des tout-petits ». Au cours de cette journée, il y a eu la présentation des résultats de l'EQDEM dans la grande région de la Capitale-Nationale. Ensuite, nous avons pu assister à deux conférences: « Interagir par la musique pour soutenir le développement du tout-petit » et « L'environnement numérique des tout-petits et son impact sur leur développement global ».

Les 17 et 31 janvier, Sophie a suivi la formation virtuelle « Temps blanc », une formation offerte par « de saison » qui offre des stratégies visant à atteindre une saine gestion de l'espace mental et du temps.

Le 5 février dernier, Sarah et Sophie ont suivi la formation « communication accessible: écriture simple et langage clair » offerte par l'organisme « Atout-Lire » qui visait à initier aux principes de la communication simplifiée. Le lendemain, le 6 février, Sarah et Sophie ont poursuivi leur enrichissement avec la formation « Travailler avec un.e interprète dans le milieu communautaire », formation offerte par la ville de Québec dans le cadre du programme de formation sur le renforcement des compétences interculturelles.

Le 23 février, Mélissa et Sarah ont suivi une formation pour intervenir auprès d'une personne qui manifeste une problématique associée à l'anxiété ou la dépression, offerte par le regroupement des organismes de base en santé mentale. Ensuite, le 15 mars, toute l'équipe a suivi la formation « Psycho-sexologie de l'allaitement - de la normalité au trauma », donnée par les Formations CVM. Se sont jointes à nous trois partenaires du projet Lotus.

Enfin, le 21 mars dernier, Sarah et Sophie ont participé à l'événement en présentiel d'une journée complète « Engagé.e.s pour les familles isolées ». Spécialement pensé pour les intervenants, travailleuses et travailleurs de proximité œuvrant auprès des familles isolées avec de jeunes enfants, cet événement a permis de grands moments de partages avec nos collègues en périnatalité. La formation offerte en communication non-violente avec des exercices pratiques nous permet d'envisager des nouvelles pistes d'action pour améliorer nos techniques d'intervention.

NOS IMPLICATIONS

Nous tenons à souligner que notre organisme s'implique sur différentes tables de concertation et s'inscrit dans différentes associations et affiliations :

- Communauté de pratique des consultantes en lactation de la région de Québec
- Mouvement allaitement du Québec (MAQ)
- Ligue La Leche
- Comité de concertation des groupes d'entraide en allaitement (COCOGEN)
- Comité régional en allaitement de la Capitale nationale (CRACN)
- Regroupement des organismes communautaires (ROC-03)
- Association québécoise des consultantes en lactation (AQC)
- Table régionale en périnatalité
- Concertation St-Sauveur
- Mobilisation Haute-Ville
- Initiative Certifié-Familles
- Table des partenaires l'Initiative 1, 2, 3, Go! Limoilou

REMERCIEMENTS DES PARTENAIRES FINANCIERS

Nos actions ne pourraient être menées sans le support financier de :

- Programme de soutien aux organismes communautaires du ministère de la Santé et des Services sociaux (PSOC)
- Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP)
- Fondation Québec Philanthrope
- Caisse populaire Desjardins
- Ministère de la Santé et des Services sociaux

Nous tenons également à remercier les familles qui démontrent l'appréciation des services qu'ils ont reçus chez Entraide Naturo-Lait en versant un don à notre organisme.

ORIENTATIONS 2024-2025

- Vivre la transition de structure organisationnelle, en passant d'une co-coordination à une direction générale.
- Consulter nos membres, nos utilisateurs et l'équipe de salariées pour se doter d'une planification stratégique pour 2025-2030.
- Former et accompagner les nouvelles membres de C.A. pour conserver une gouvernance solide.



« Nous avons eu la chance de recevoir les services d'Entraide Naturo-Lait. Nous sentions qu'il nous manquait des informations sur l'allaitement et nous souhaitions nous sentir prêts pour accueillir notre premier enfant. Nous avons reçu beaucoup plus que des informations, nous nous sommes sentis écoutés et soutenus par l'équipe ! La formation reçue sur l'allaitement, les rencontres avec les conseillères, le soutien téléphonique offert par les bénévoles et les rencontres avec l'ostéopathe ont été bien au-delà de l'allaitement, ces services nous ont permis de développer notre confiance en nous comme nouveaux parents ! Merci à toute l'équipe ! »

— Emmanuelle et Pierre-André, parents d'Émile



POUR PLUS D'INFORMATIONS

entraidenaturolait.com





Entraide Naturo-Lait