



maison
de la
famille
MEMPHRÉMAGOG



RAPPORT D'ACTIVITÉS

●
2022-2023

TABLE DES MATIÈRES

3

MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE

4

MISSION & VALEURS

5

PRINCIPES ET PHILOSOPHIE

6

UN ACTEUR INCONTOURNABLE

7-8

UN PEU D'HISTOIRE

9

ÉQUIPE DE TRAVAIL

10

CONSEIL D'ADMINISTRATION

11

VIE ASSOCIATIVE/TABLEAUX STATISTIQUES

12

PROVENANCE DES FAMILLES MEMBRES

14

NOS CONCERTATIONS

15

MILIEU DE VIE

16

ENRICHISSEMENT DE L'EXPÉRIENCE PARENTALE

17

SERVICE D'INTERVENTION

18-31

ATELIERS ET ACTIVITÉS

32-38

ATELIERS ET ACTIVITÉS EN PARTENARIAT

39

NOS DONATEURS

40

NOS PARTENAIRES FINANCIERS

41

AUX PETITS TRÉSORS

42

CONCLUSION ET CONTACT

MOT DE LA PRÉSIDENTE ET LA DIRECTRICE

Une année rocambolesque !

Nous avons débuté l'année tout en douceur avec des projets et des idées pleins la tête. La signature d'une entente avec le CIUSSS-CHUS dans le cadre du programme d'intervention en négligence soit le programme Parent'aise nous a permis, au mois d'août, de faire l'embauche d'une intervenante famille. En septembre, les activités et services reprenaient leur cours. Bonne nouvelle, en octobre nous recevions le financement pour pouvoir offrir de la halte-garderie le vendredi soir et le samedi toute la journée. Ce qui nous permettait d'aider les parents à horaire atypique.

En janvier, ce fut le lancement du nouveau service d'intervention confidentiel par texto, courriel ou par téléphone.

À la mi-janvier, ce fut la surprise totale, les demandes de répit, d'intervention et d'inscription aux activités se sont mises à augmenter considérablement. Nous avons dû faire l'embauche d'une nouvelle animatrice et de deux nouvelles éducatrices pour la halte-garderie. Le personnel à temps partiel est devenu à temps plein. Les besoins étaient nombreux et pressants.

En mars, nous avons constaté que les demandes avaient augmenté de plus de 40%. Avant la pandémie, il y avait 139 présences par semaine à nos activités et services.

Aujourd'hui, on en compte plus de 151 par semaine. Nous avons dû composer avec une maison et des locaux trop petits. Même à bout de souffle l'équipe est restée motivée, sensible aux besoins des familles et surtout prête à passer à l'action afin de trouver des solutions pour offrir les services.

Ce fut une année rocambolesque pour l'équipe. Au nom de la direction et du conseil d'administration, nous tenons à les remercier sincèrement.



BÉRENGÈRE TANNÉ,
Présidente



NATHALIE BÉLANGER,
Directrice générale

MISSION, VALEURS ET VISION

Mission

La Maison de la famille Memphrémagog désire offrir aux parents un lieu où ils peuvent poser des questions sans jugement, se rassembler et s'outiller dans le but de répondre à leurs besoins en matière de parentalité.

Nous misons sur des actions de prévention et de promotion visant à enrichir l'expérience parentale et à briser l'isolement des parents pour ainsi améliorer leurs conditions de vie et celles de leurs enfants.

Valeurs

Les valeurs qui guident nos actions sont l'entraide, la solidarité, l'écoute, le respect et l'accueil. Avec l'appui de notre réseau, nous unissons nos forces pour tisser un filet de prévention autour des familles et les soutenir avec bienveillance.

Vision

Être LA RÉFÉRENCE pour les familles de la MRC Memphrémagog, afin qu'elle puissent s'épanouir et trouver des réponses à leurs besoins en termes de parentalité.



PRINCIPE ET PHILOSOPHIE

Nos interventions auprès des familles reposent sur les principes suivants :

- ◆ La MFM est un milieu de vie où les familles sont accueillies chaleureusement. Elles peuvent y créer des liens, développer un réseau d'entraide et s'y impliquer;
- ◆ La MFM est engagée dans sa communauté et travaille de concert avec divers partenaires œuvrant auprès des familles;
- ◆ Nous reconnaissons les parents comme étant les premiers et les principaux éducateurs de leurs enfants;
- ◆ Nous manifestons du respect envers l'intégrité, la dignité, les besoins, les valeurs et le rythme des personnes;
- ◆ Nous croyons en leur capacité d'évoluer et de se développer;
- ◆ Notre rôle en est un d'accompagnement auprès des familles; nous faisons avec elles et non à leur place;
- ◆ Nous croyons aux bienfaits d'une approche préventive pour le mieux-être des familles et des enfants;
- ◆ La MFM a le souci d'offrir des services de qualité en formant son personnel de façon continue.

UN ACTEUR INCONTOURNABLE

La Maison de la famille Memphrémagog, c'est :



PLUS DE 151

parents et enfants par semaine qui assistent à nos activités et services



PLUS DE 18

bénévoles qui nous soutiennent quotidiennement



PLUS DE 350

heures de bénévolat



UN LIEU

que parents et enfants peuvent fréquenter sans rendez-vous et où ils sont toujours les bienvenus



UN MILIEU DE VIE

où échanger, s'exprimer et s'entraider, mais aussi être entendu et reconnu comme parent



UN PEU D'HISTOIRE

Au fil des années, la Maison de la famille Memphrémagog s'est développée selon les besoins et l'initiative de ses membres.

Le besoin des familles de se regrouper pour partager et améliorer la relation parents/enfants ne date pas d'hier.

En effet, le mouvement communautaire FAMILLE a pris ses racines dans la première moitié du 20^e siècle avec l'arrivée des « écoles des parents » qui réunissaient des couples afin de partager leur vécu sur la dynamique familiale et les relations entre les parents et leurs enfants. Puis, au début des années soixante, les « unions de familles » mettaient l'accent sur la formation et l'information des parents en tant que premiers éducateurs de leurs enfants.

C'est au début des années 1990, dans le sillage de l'Année internationale des familles (1994), qu'un grand nombre d'organismes FAMILLE ont vu le jour et se sont enracinés dans leur milieu, contribuant ainsi à soutenir les familles.

En 1994, La Maison de la famille Memphrémagog (MFM) a vu le jour en novembre 1994, à la suite du Forum Famille tenu en 1993 et auquel 165 parents et intervenants du milieu ont participé. Après la fondation de l'organisme, nous avons aménagé nos locaux au 3^e étage du centre communautaire de Magog.



En 2008, à l'aube de notre 15^e anniversaire, nous avons entrepris un processus de planification stratégique impliquant toutes les personnes concernées, c'est-à-dire les membres du conseil d'administration, le personnel, les partenaires, les membres et des familles non-membres.

Que la MFM devienne le point de référence pour l'ensemble des familles de la MRC Memphrémagog, voilà l'un des principaux objectifs ciblés lors de la planification stratégique.

L'autre visée était que la MFM devienne un leader majeur pour les familles et auprès des différents partenaires de la région, et qu'elle demeure une structure souple misant sur la participation des membres et celle de la collectivité.

En 2009, notre premier plan d'action triennal a vu le jour. Il était important pour l'ensemble des partenaires que le conseil d'administration priorise la relocalisation de l'organisme dans son plan d'action.

En 2014, avec le soutien de nos partenaires et de différents acteurs de la communauté, nous avons fait l'acquisition de la nouvelle maison des familles au 40, rue Jean-Paul II. L'organisation se retrouve ainsi au cœur de la vie des familles magogoises, dans un des quartiers de la ville ayant les indices de défavorisation les plus élevés, soit le quartier Saint-Jean-Bosco

En janvier 2015, après un changement de zonage et différents travaux, nous avons fait notre ouverture officielle

En août 2017, grâce à différents partenaires financiers, nous avons procédé à l'ouverture officielle de notre parc familial.

En mars 2020, la COVID-19 s'installe ! Un grand défi organisationnel nous attendait. Durant plus d'un an, nous avons dû modifier l'ensemble de nos services pour continuer à offrir du soutien adapté à la situation pandémique. Le télétravail, les ateliers et les consultations virtuelles ont vu le jour.

En 2021, une nouvelle identité visuelle et un nouveau site internet pour la MFM et la boutique ont été implantés.

En 2023, une année record de demandes, nous avons fait l'embauche d'une nouvelle intervenante, de deux éducatrices et d'une animatrice.



ÉQUIPE DE TRAVAIL



Kim Lyth, Éducatrice – Odyle Carrier, Intervenante famille – Nathalie Bélanger, Directrice générale – Mélanie Lemière, Animatrice et responsable des communications – Sonia Dupont, Animatrice – Francine Touchette, Adjointe administrative – Dominique Roy, Animatrice – Irlenis Melendez, Éducatrice

"C'est grâce à vous que la Maison de la famille rayonne de partout. Votre passion, votre créativité, votre expertise et surtout votre amour des familles font qu'à tous les jours, ensemble, nous pouvons soulever des montagnes. La famille que nous sommes en train de créer est à l'image de celles que nous accompagnons à tous les jours. Malgré les journées rocambolesques que nous vivons, n'oubliez jamais que vous êtes des femmes extraordinaires. Un énorme merci de faire partie de ma vie de directrice."

-NATHALIE BÉLANGER, DIRECTRICE GÉNÉRALE



FABIOLA VILLANUEVA, SOUTIEN À L'ÉQUIPE

Expertise

Notre équipe participe à des activités de formation, à des ateliers et à des colloques, en plus d'enrichir constamment ses connaissances sur les sujets qui touchent les parents et les enfants.

Quotidiennement, nous pouvons compter sur les partenaires qui soutiennent l'équipe de travail. Qui vous accueillent, qui vous conseillent, qui vous guident et qui répondent à vos questions. Un énorme MERCI à vous ça fait tellement de bien de vous revoir dans nos locaux et d'enfin être ensemble.

28

**FORMATIONS
SUIVIES**

252

**HEURES
DE FORMATION**

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration a assuré une saine gouvernance de la Maison de la famille. Cette année, ce sont 7 rencontres qui ont eu lieu, pour 32 heures d'implication. La richesse des parcours de chacune et leur implication ont créé des conditions gagnantes au développement de la MFM.

Deux démissions sont survenues au cours de l'année, pour de magnifiques raisons. Kim a été choisie comme éducatrice à la halte-garderie et Christine a obtenu un contrat de publicité. Merci beaucoup pour votre collaboration.

7

RENCONTRES



32

HEURES



NATHACHA BEAUREGARD,
VICE-PRÉSIDENTE



BÉRENGÈRE TANNÉ,
PRÉSIDENTE



CINDY SÉVIGNY,
TRÉSORIÈRE



MARIE-LOU BOISVERT,
SECRÉTAIRE



LUCIE HAMEL,
ADMINISTRATRICE

VIE ASSOCIATIVE

La Maison de la famille Memphrémagog est un acteur incontournable dans la MRC Memphrémagog.

Bien que la carte de membre soit privilégiée, plusieurs services et activités sont aussi offerts aux familles non-membres.

En 2022-2023

Un total de 439 familles ont reçu des services



334 pères



421 mères



590 enfants

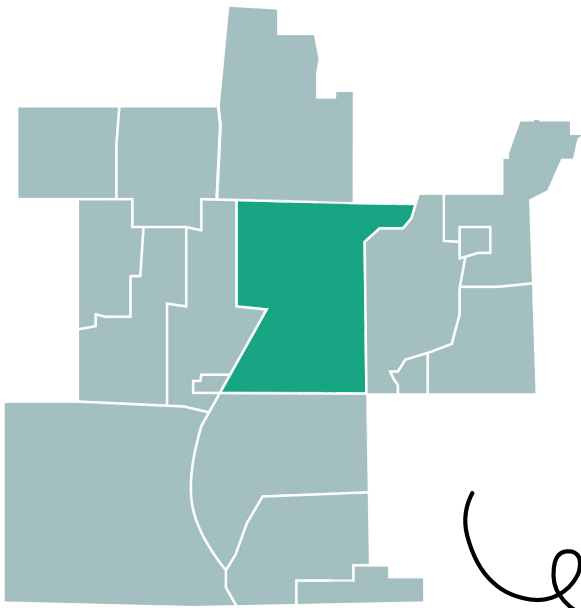


Répartitions selon le groupe d'âge des enfants

Enfants 0-5 ans	311
Enfants 6-11 ans	220
Enfants 12-17 ans	59
Total :	590

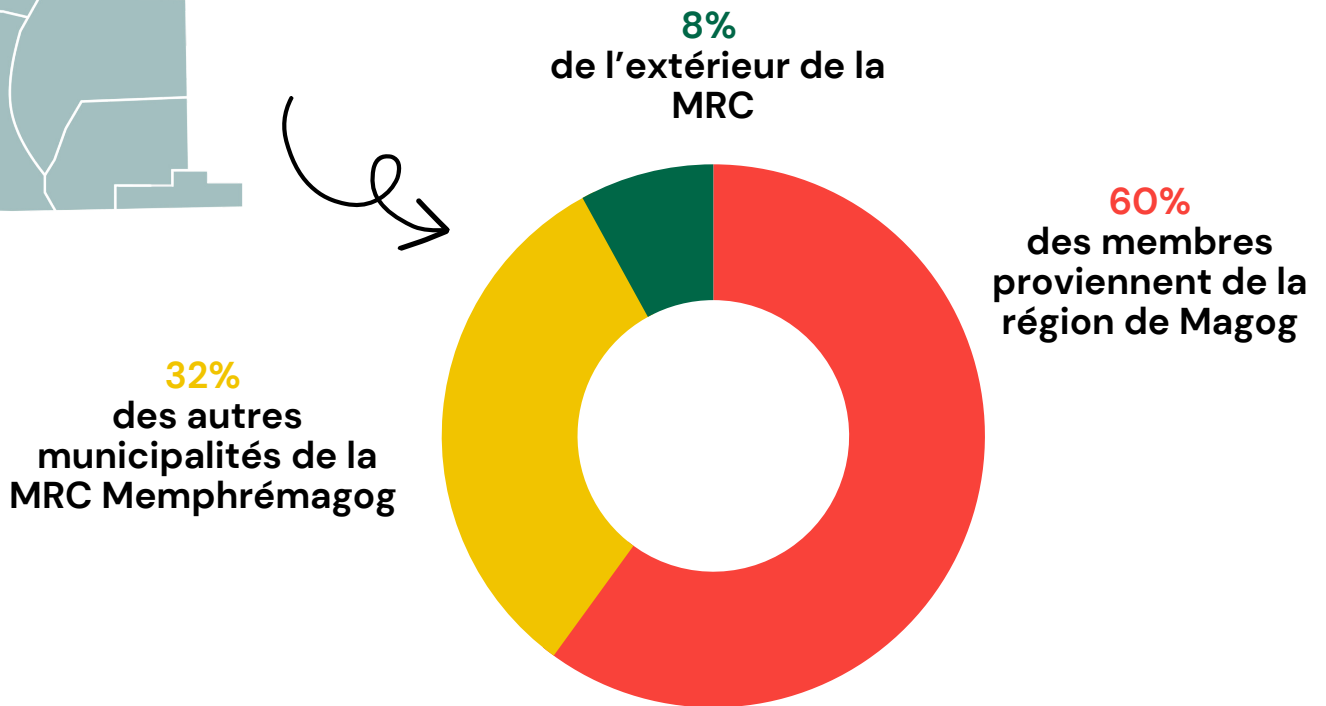
Répartition selon le groupe d'âge des parents

Parents 18-29 ans	202
Parents 30-54 ans	549
Parents 55-plus	4
Total :	755



La MFM offre ses services aux familles de la MRC Memphrémagog.

La MRC regroupe **17 municipalités** sur un territoire de 1 317 km²., avec une population de plus de 54 797 personnes.



36%

des membres ont entendu parler de la MFM par les médias sociaux

27%

ont été référés par des amis ou des membres de leur famille

37%

par les infirmières et intervenantes du CIUSSSE de l'Estrie. Entre autre par Info Bébé, rencontres prénatales en allaitement, programme parent'aise, etc.

Voici la réalité de notre milieu de vie !

6509 présences parents/enfants ont été comptabilisées, soit une moyenne de **151** présences par semaine d'activités.

ACTIVITÉS	PRÉSENCES ADULTES	PRÉSENCES ENFANTS
Accueil, référence, interventions	192	48
Ateliers conférences	45	0
Service d'intervention	45	0
Club famille/playgroup	180	373
Go Go les pédagogos	37	70
Sortie aux pommes	7	11
Sortie aux citrouilles	6	10
Café parent	34	12
Jasettes & pirouettes	153	301
Sport des papas	16	25
Troc de vêtements	50	0
Sortie en plein air	10	6
Bébé futé 0-6 mois	101	101
Bébé futé 6-12 mois	43	43
Yoga prénatal	0	0
Yoga postnatal	104	92
Gardiens avertis	0	116
Prêts à rester seuls	0	52
Camps de jour	0	359
Halte-garderie	0	2547
Halte-garderie à horaire atypique	0	57
Pèse bébé	110	78
Info Bébé	282	208
Rencontres prénatales en allaitement	17	0
Haltes allaitement	48	0
Parent'aise	56	32
Fête des nouveau-nés	30	17
Fêtes de Pâques	27	51
Fête de Noël	51	59
Subventions produits d'hygiène jeunes enfants	27	51
Subventions produits d'hygiène féminine	78	0
Total	1779	4730

NOS CONCERTATIONS

La Maison de la famille Memphrémagog travaille en concertation et en collaboration au sein des tables et des regroupements qui œuvrent tant au niveau local, régional que national.

Ces partenariats nous permettent d'apprendre sur les familles pour répondre collectivement à leurs besoins et de mieux nous prononcer face aux situations qu'elles rencontrent. Elles favorisent aussi la communication entre les organisations, la reconnaissance des forces dans la complémentarité des missions et la mise en action en faveur de la communauté. Cela facilite par exemple l'arrimage de l'offre d'accompagnement aux familles et diminue les dédoublements d'activités. Enfin, ces lieux de partenariat sont des occasions de mieux faire connaître la Maison de la famille, ses activités et sa mission d'action communautaire autonome Famille (ACAF).

Local

Corporation de développement communautaire Memphrémagog (CDC Memphrémagog)

Table Jeunesse socio-économique Memphrémagog

Table de développement social Memphrémagog

Régional

Regroupement des organismes communautaires Famille de l'Estrie (ROCFE)

National

Fédération québécoise des organismes communautaires Famille (FQOCF)

Association des haltes garderies communautaires du Québec (AHGCQ)

MILIEU DE VIE

Un milieu de vie stimulant et enrichissant pour tous les membres de la famille !

Accueil, référence et soutien

L'adage dit que ça prend tout un village pour élever un enfant. Malheureusement, que ce soit à cause d'un éloignement géographique, des grands-parents qui travaillent de plus en plus longtemps, ou encore de la pandémie qui a isolé les gens, le "village" est de moins en moins présent.

C'est là que l'importance des organismes communautaires familles prend tout son sens ! La richesse de l'accueil, le respect, l'écoute et le bien-être des familles sont des valeurs qui guident nos actions au quotidien.

Chaque parent arrive avec son histoire, son bagage, ses préoccupations et ses défis. Bien sûr que les parents fréquentent nos ateliers pour participer au développement moteur, affectif et cognitif de leurs enfants, mais pas seulement ça. Une grande partie de nos membres l'admet; ils viennent à la MFM pour eux-mêmes. Pour sortir de la maison, parler à d'autres adultes, ventiler sur leur conjointe ou conjoint, le ménage qui s'accumule, la dernière nuit difficile de bébé, etc.

Mais ces discussions informelles, telles que nous les entendons quotidiennement dans nos ateliers comme le Café-parents ou le Club Famille, en apparence superficielles ou légères, ont une fonction bien plus cruciale, soit celle de permettre aux parents de s'outiller pour affronter les défis de la parentalité et de se confronter à d'autres façons de faire que la leur.



Ou encore, de développer un sentiment d'appartenance, de créer des connexions avec les autres, des liens à l'intérieur de leur communauté. De se créer leur propre village. Ils en ressortent grandis, plus sûrs d'eux.

ENRICHISSEMENT DE L'EXPÉRIENCE PARENTALE

Pour et avec les familles, jamais sans les parents

Travailler pour et avec les familles, jamais sans les parents, est la motivation intrinsèque qu'ont les organismes communautaires Famille. Notre approche privilégie l'empowerment par la mise en commun des expériences des parents: «L'empowerment et l'enrichissement de l'expérience parentale, ça se construit toujours en relations».

Il faut reconnaître les forces des parents. Œuvrer selon une approche qui favorise l'enrichissement de l'expérience parentale et les principes d'empowerment des familles, c'est soutenir la réflexion que les parents effectuent ensemble sur leurs propres expériences et sur celles des autres parents. C'est découvrir avec eux les grandes forces qu'ils ont.

- ◆ Apprendre à travers la couleur de la personne et apprendre à composer avec sa propre couleur!
- ◆ Se placer au même niveau, soit celui d'accompagnateur de nos familles, et non en tant que connaisseur ou en ayant l'idée qu'on a la science infuse.
- ◆ L'importance de se concentrer sur ses forces, de ne pas s'attarder sur les manques. • Voir un potentiel que la personne n'a pas encore reconnu.
- ◆ Respecter le rythme des parents.
- ◆ Accepter les étapes du processus. Souligner les forces. Faire nommer aux parents leurs valeurs et ce qu'ils recherchent.
- ◆ Nous n'avons pas à donner toute la matière.

Nous embarquons dans un voyage avec les parents !

Thèmes des ateliers offerts : **10** Rencontres **42** Parents

Respirer avec bébé	Naissance en confiance par Cindy Pétrieux. Changer de perspective sur la douleur. Décisions éclairées et souhaits de naissance
Pas de chicane dans ma maison	
Style parental	Style éducatif, Ville Pierrot
Super parents	Rééducation post-natal, par Draga Popovic
Zen pas zen les crisettes	AJOUT : Gestion du budget, Solution Budget Plus

SERVICE D'INTERVENTION

Post-pandémie

Suite aux répercussions de la pandémie et à l'augmentation importante de demandes de services dans la dernière année, la Maison de la famille s'est munie d'une toute nouvelle corde à son arc. En effet, depuis août 2022, une intervenante psychosociale a rejoint nos rangs pour offrir un service d'écoute et de soutien aux parents afin de les accompagner dans leur parentalité. Des rencontres individuelles sont désormais offertes du lundi au jeudi directement dans les locaux de la maison de la famille. Ce service est gratuit pour nos membres et est ouvert à tous les parents qui rencontrent des difficultés dans leur rôle et qui ont besoin d'écoute et d'outils face aux difficultés quotidiennes de la vie en tant que parents.

En plus de ce service d'aide en présentiel, en janvier 2023, nous avons également mis en place un service d'intervention en ligne 100% confidentiel. Par l'entremise des réseaux sociaux et d'un numéro de téléphone privé, les parents peuvent contacter directement l'intervenante afin d'être écouté, soutenu et référé vers d'autres ressources de la communauté au besoin.

17

PERSONNES



45

RENCONTRES



Service d'intervention familiale

Vous vivez une situation parentale difficile, vous avez le goût d'en parler et d'être écouté en toute confidentialité.



Ligne confidentielle pour les parents de la MRC Memphrémagog

Une intervenante ou un intervenant est là pour vous accompagner sur tout ce qui touche la parentalité.

100 % confidentiel
Bilingue (FR-ANG)

Du lundi au jeudi de 8h30 à 16h30
(819) 679-6272

ATELIERS ET ACTIVITÉS

CLUB FAMILLE / PLAYGROUP

Pour s’amuser et bouger ensemble ! Les ateliers sont remplis d’activités construites autour de différents thèmes pour favoriser le développement des enfants. On y bouge, on se détend en écoutant un conte, on fait du bricolage, on fait de la popote et on partage des collations dans la joie. L’interaction entre les papas, les mamans, et les enfants est au rendez-vous.

Tous participent activement aux différentes activités proposées. Les thèmes font émerger la créativité et l’imaginaire des enfants. Les activités sont conçues à partir d’accessoires simples et disponibles dans tous les foyers.

Ces activités, stimulantes et amusantes, permettent aux familles de développer le goût d’apprendre ensemble et de créer des liens.

Elles mettent aussi en lumière les habiletés et connaissances déjà acquises par l’enfant et par le parent. En encourageant les initiatives des mères et pères, nous les soutenons dans le développement de leur enfant.

PRÉSENCES CLUB FAMILLE/PLAYGROUP

41 RENCONTRES **70** ENFANTS

41 FAMILLES **39** MÈRES

5 PÈRES

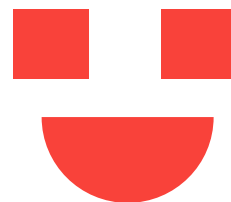


Les activités informelles comme le club famille constituent une belle porte d'entrée pour les nouvelles familles qui sont soit des nouveaux arrivants ou bien de passage en vacances chez nous. Cette année, cette activité hebdomadaire nous à fait faire la rencontre de deux familles extraordinaires.

Nati Weinblum et sa famille de Jérusalem



Agnès Peyron et sa famille de la Nouvelle Zélande



GO, GO, LES PÉDAGOS

À la rentrée scolaire de 2022, voyant que beaucoup de parents se présentaient aux activités de la maison de la famille avec leurs enfants scolarisés pendant les journées pédagogiques, nous avons eu l'idée de créer des sorties adaptées à la fois aux petits, mais aussi aux plus grands.

C'est là que sont nées nos sorties « Go, Go, les Pédagos ». Le but était d'étendre l'âge de notre public cible aux enfants scolarisés, en proposant des sorties de groupe à l'extérieur de la Maison de la Famille. Cela permettait aux parents de trouver une activité spéciale à faire avec tous leurs enfants pendant ces journées qui peuvent être éprouvantes pour les parents.

Cela permettait d'inclure aussi des familles qui ne fréquentaient plus les ateliers parents-enfants de la Maison de la Famille depuis que leurs enfants étaient rentrés à l'école, mais qui entretenaient toujours un lien particulier avec l'organisation, et souhaitaient garder ce lien.

Nous avons proposé des activités peu dispendieuses et locales pour qu'elles soient accessibles à tous. En hiver, les sorties étaient à l'intérieur et aux beaux jours, elles étaient le plus possible dehors.

Les sorties effectuées :

- ◆ Sortie au Tikito
- ◆ Sortie au bowling
- ◆ Sortie au cinéma
- ◆ Sortie au Marais
- ◆ Sortie en vélo suivie d'un pique-nique à la plage

25

PRÉSENCES
PARENTS

70

PRÉSENCES
ENFANTS



SORTIE AUX POMMES

Chaque année au mois de septembre, nous organisons une sortie au verger. Nous privilégions un verger local pour encourager les producteurs des environs. Nous sommes donc allés au verger « Familial et Compagnons » à Magog.

Nous avons eu une belle explication sur les amis et ennemis du verger par Caroline, la pommicultrice. Les enfants ont pu voir les animaux de la mini-ferme, faire un tour de tracteur et bien sûr cueillir des pommes. Ils ont également dégusté une collation faite de jus de pommes et de muffins maisons.

C'est une belle sortie éducative pour comprendre la culture des pommes. Cela permet aussi de favoriser de saines habitudes de vie, en plus de renforcer les liens parents-enfants.



7 ADULTES

11 ENFANTS

SORTIE AUX CITROUILLES

Au mois d'octobre, nous sommes également allés faire de l'autocueillette de citrouilles. Nous sommes allés au verger « La Pommalbonne » à Compton. Nous avons pu cueillir des pommes et des citrouilles dans le champ. Les enfants ont aussi pu voir les animaux de la mini-ferme et jouer dans les jeux gonflables.



6

ADULTES

10

ENFANTS

CAFÉ PARENTS

Une nouveauté !

Lors de ces rendez-vous hebdomadaires, les parents sont invités à jaser de façon informelle autour de thèmes tels que la charge mentale, prendre soin de soi, etc... Les discussions digressent aussi autour de sujets variés, en fonction de ce que vivent les participants au moment de la rencontre.

C'est un lieu de partage sans jugement, où les parents ont la possibilité de venir ventiler, échanger et se rassurer. Les parents, sans leurs enfants, ont la légèreté d'esprit pour pouvoir parler d'eux-mêmes sans interruption ou gêne. Le café parents permet également aux parents de créer des liens de solidarité entre eux.

PRÉSENCES CAFÉ PARENTS

11 RENCONTRES

10 MÈRES

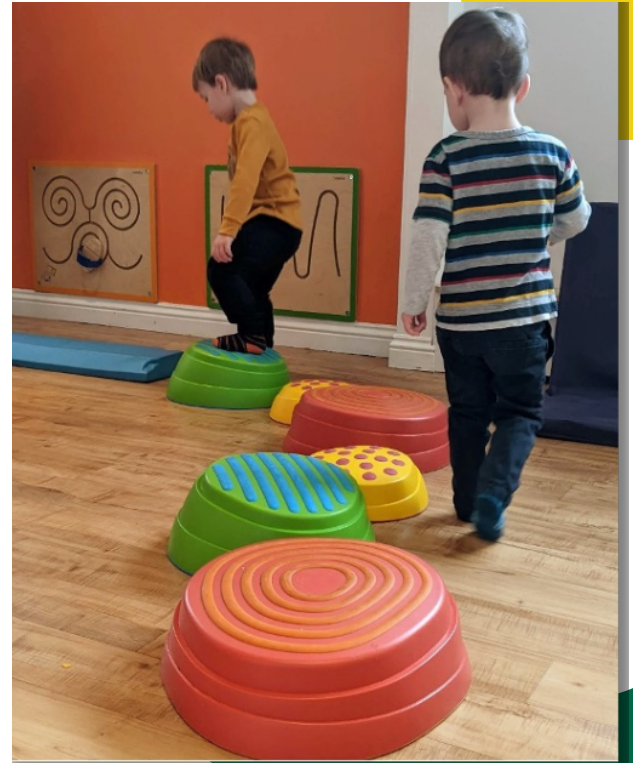
2 PÈRES

12 ENFANTS

JASSETTE ET PIROUETTES

Le jeu est utilisé afin de développer les habiletés de mouvement chez les enfants, mais aussi les habiletés cognitives.

L'activité de psychomotricité permet aux enfants de pratiquer des mouvements qui font travailler l'ensemble du corps (motricité globale) ainsi que développer leur motricité fine. Ces exercices favorisent la concentration et la mémoire des enfants. Elles enrichissent également le lien d'attachement. De leur côté, les parents profitent de ce moment pour créer des liens entre eux et briser leur isolement.



25

RENCONTRES

3

PÈRES

25

MÈRES

45

ENFANTS

SPORT DES PAPAS



Activités physiques papa-enfant qui s'adressent, à une clientèle masculine; pères, beaux-pères, grands-pères ou tout autre figure jouant un rôle significatif dans la vie des enfants de 4 ans et plus.

L'objectif est de favoriser la socialisation entre pères ainsi que la relation entre les papas et leurs enfants. Les mamans sont toujours les bienvenues.

6

RENCONTRES

2

MÈRES

4

PÈRES

12

ENFANTS

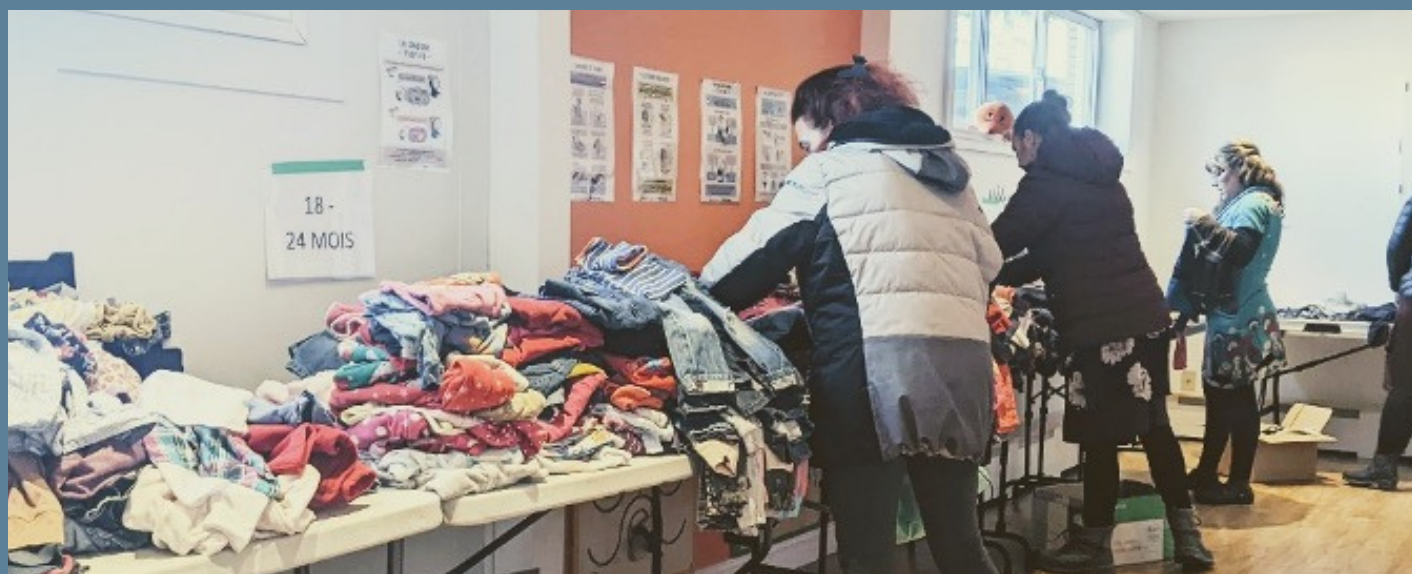
TROC DE VÊTEMENTS POUR LES ENFANTS 0-12 ANS

À la Maison de la famille, nous avons à cœur les enjeux environnementaux. Tous les gestes, petits et grands, peuvent faire une différence pour diminuer la surconsommation, réduire les déchets et, pourquoi pas, avoir plus d'argent dans notre portefeuille.

Le Troc est un événement qui permet à toute la population de venir échanger des vêtements pour enfants qui ne servent plus ou qui sont rendus trop petits, contre d'autres qui leur seront plus utiles.

Par ce geste, nous faisons en sorte de prolonger la durée de vie des vêtements en les réutilisant tels quels ou en leur donnant une autre vocation.

La première édition a été un grand succès.



+ 50 FAMILLES ONT PU BÉNÉFICIER DE CET ÉCHANGE

SORTIES EN PLEIN AIR

Une série de 3 sorties en plein air le samedi matin a été offerte aux parents avec leurs enfants.

La Maison de la famille a toujours eu à cœur de promouvoir les saines habitudes de vie et de faire découvrir aux familles les milieux naturels de notre MRC. La nature restera toujours un milieu de ressourcement accessible à tous. C'est dans cette optique que les activités ont été pensées.

10
ADULTES

6
ENFANTS

LES JARDINS COLLECTIFS

Pour une sixième année consécutive, nous offrons des jardins collectifs ouverts à toute la communauté.

En apprenant aux parents et aux enfants les bases d'un jardinage respectueux de l'environnement, nous espérons leur donner le goût de partir un jardin chez eux.

Dans cet objectif, nous leur fournissons même des graines et des semis et nous les accompagnons et les encourageons en leur montrant qu'il est facile et économique de faire pousser ses fruits et légumes.

D'autre part, le potager permet aux enfants de comprendre d'où viennent les aliments qui sont dans leur assiette, de développer de saines habitudes alimentaires et de découvrir de nouveaux goûts. Cela les responsabilise aussi car nous leur donnons des tâches comme semer, planter, arroser et récolter les fruits et légumes.

- Jardiner pour découvrir la nature !
- Comprendre d'où viennent les aliments que je mange !
- Développer ses sens



BÉBÉ FUTÉ



Ces ateliers permettent aux parents d'échanger sur différents sujets tels que le sommeil, l'allaitement, le développement et la sécurité. Ces partages sont riches et précieux pour les parents, cela leur permet de contrer l'isolement et de se sentir soutenus par leurs pairs.

En plus de ces moments de partage, les parents remplissent leur coffre à outils d'idées de stimulation, de jeux d'éveil, de bricolage, de massage et de motricité. L'objectif étant d'outiller les parents pour leur donner confiance et développer leur sentiment de compétence parentale.

Les sujets et activités sont bonifiés et varient selon le groupe d'âge mais les objectifs de créer un espace sécuritaire et sans jugement afin que les parents puissent s'exprimer par rapport à leur rôle et défi restent le cœur (l'intention) des bébés futés.

Bébé futé 0-6 mois

2 SESSIONS **10** MÈRES **1** PÈRE **12** BÉBÉS

Bébé futé 6-12 mois

Bébé grandit, il explore et découvre de plus en plus de choses autour de lui. La routine change... les défis aussi !

2 SESSIONS **7** MÈRES **1** PÈRE **9** BÉBÉS

YOGA PRÉNATAL

L'objectif premier est de permettre à la femme enceinte de prendre un moment pour elle, pour sa grossesse. C'est aussi un moment propice aux échanges et à la présentation des autres services offerts à la maison de la famille.

Apprendre à écouter son souffle et pratiquer des postures pour être mieux dans son corps malgré tous ces changements. Elle y découvre aussi comment elle pourra apprivoiser la douleur lors de l'accouchement.

Apprendre différents exercices de respiration est essentiel pour le jour de la naissance du bébé.

Le yoga prénatal l'aidera tout au long de sa grossesse à améliorer sa tonicité et la souplesse de son périnée permettant un meilleur rétablissement en postnatal.

Nul besoin d'avoir pratiqué le yoga pendant plusieurs années pour suivre un cours. Cette pratique est accessible à toutes!

Le yoga prénatal aide à :

- calmer certains inconforts reliés à la grossesse
- affiner, renforcer et stabiliser le corps en adaptation
- accueillir et honorer les changements qui s'opèrent dans l'esprit et le corps
- pratiquer une respiration consciente (très utile pour l'accouchement)

YOGA POSTNATAL

Les cours de yoga postnatal permettent aux mères de prendre soin d'elles sans avoir peur que leur bébé dérange les autres s'il est plus agité. C'est aussi un moment propice aux échanges et à la présentation des autres services offerts à la maison de la famille

Le yoga postnatal permet d'accompagner la nouvelle maman dans la remise en forme, très en douceur, de son corps, ainsi qu'à se déposer et relâcher les tensions accumulées suite à la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement.

Le yoga postnatal offre de nombreux bienfaits pour les mamans :

- aide à renforcer le plancher pelvien et permet également de restaurer la posture du corps.
- contribue à la réduction du stress par les techniques de respiration et la relaxation.
- favorise un sentiment de calme et de bien-être.
- renforce le lien mère-bébé.

21 RENCONTRES

16 MÈRES

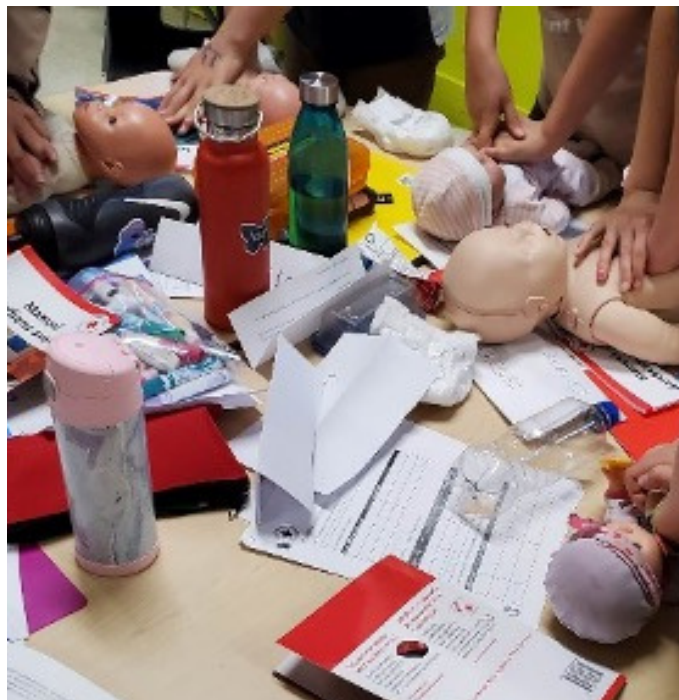
13 ENFANTS

GARDIENS AVERTIS

Pour les enfants de 11 ans et plus qui veulent acquérir des connaissances et développer des aptitudes pour devenir un gardien responsable, compétent et soucieux de bien remplir son rôle.

Ce cours couvre une vaste gamme de sujets, allant de la gestion des comportements difficiles aux compétences en leadership, en passant par ce que l'on attend de la part des gardiennes et gardiens d'enfants. Le cours Gardiens avertis approfondira et renforcera le sentiment de responsabilité que les jeunes ressentent lorsqu'ils gardent des enfants. En s'appuyant sur les dernières données scientifiques, les méthodes pédagogiques du nouveau programme ont également été revues afin de faciliter l'apprentissage des soins à donner en cas d'urgence.

Une attestation de réussite est remise à la fin de la formation. L'animatrice détient la formation de la Croix-Rouge offerte en collaboration avec Médic, Partenaire de formation Croix-Rouge canadienne.



7
RENCONTRES

116
JEUNES FORMÉS

PRÊTS À RESTER SEULS

Ce cours permet aux jeunes âgés de 9 à 13 ans d'apprendre des techniques de base en secourisme et d'acquérir les compétences nécessaires pour assurer leur sécurité à tout moment où ils ne sont pas sous la supervision directe d'un parent, d'un tuteur ou d'un adulte en qui ils ont confiance, qu'ils soient à la maison ou dans leur collectivité.

- L'importance de faire preuve de respect et de prendre ses responsabilités
- L'importance d'établir et de suivre des règles de sécurité lorsqu'on est seul
- Les façons d'assurer sa sécurité à la maison et dans la collectivité
- Les façons de se préparer aux situations imprévues, de les reconnaître et de bien réagir
- Les techniques de secourisme de base

4 ATELIERS **52** JEUNES FORMÉS

CAMP DE JOUR 3 À 5 ANS

La première transition scolaire est une étape importante dans la vie des enfants et de leurs parents. Cette première transition est considérée par certains comme le plus important défi d'adaptation que vit l'enfant durant cette période. Pour le bénéfice des enfants, celle-ci doit être harmonieuse.

Le but du Camp de jour est d'accompagner les enfants et les parents dans la préparation scolaire. Les habiletés développées par l'enfant d'âge préscolaire vont le soutenir pour vivre des succès à l'école.

Le développement d'habiletés physiques, motrices, socioaffectives, cognitives ainsi que d'habiletés liées au langage, à la lecture, à l'écriture et aux mathématiques constitue un facteur important de la réussite éducative.

À cet égard, en fréquentant le Camp de jour pour les 3-5 ans, l'enfant va acquérir les aptitudes, les comportements, les stratégies et les démarches nécessaires pour se sentir valorisé, fier et outillé pour la suite de sa scolarité.

Les aspects suivants sont privilégiés :

- ◆ Le développement de l'enfant;
- ◆ la sociabilité;
- ◆ le sens du partage et le respect des autres;
- ◆ l'estime de soi;
- ◆ l'autonomie;
- ◆ la créativité;
- ◆ la motricité;
- ◆ l'émerveillement et la découverte.



29

RENCONTRES

13

ENFANTS

203

HEURES

HALTE-GARDERIE

La halte-garderie facilite la participation des parents et de leurs enfants aux différents ateliers et activités de la Maison de la famille. Les places restantes sont offertes aux parents pour du répit ponctuel. Différentes ententes de service sont également faites avec nos partenaires pour soutenir la participation des parents à un retour à l'école, la participation à des ateliers ou sur référence d'un intervenant du CSSSM.

La halte-garderie est souvent le premier service que les parents veulent utiliser avant de s'inscrire à un atelier.

Plus de **554 heures** ont été allouées au Carrefour Jeunesse Emploi Memphrémagog, pour le projet : Parents en action

Plus de **48 heures** ont été allouées au CSSSM, pour le programme Parent'aise.

1560 heures de service de halte-garderie ont été offertes à plus de **85** enfants.

Cette année, les demandes ont explosées. Malgré un augmentation accrue des heures d'ouverture et de l'embauche de 2 nouvelles éducatrices nous avons une liste d'attente.

Des aménagements ont été refait et des nouveaux équipements ont été achetés (carré sable, bibliothèque , matériels, etc.).

Un merci special à Cindy Cleary pour le don d'une cuisinette en bois pour enfants et à Mathilde Rineau pour la confection de la deuxième.



HALTE-GARDERIE À HORAIRE ATYPIQUE

Grâce à une subvention spéciale du ministère de la famille, nous avons pu offrir de la halte-garderie le vendredi soir ainsi que le samedi toute la journée, pour soutenir les parents à horaire atypique.

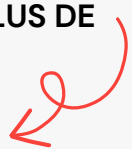
Bien que ce soit un très beau service, nous avons eu énormément de difficulté à offrir un service constant puisque nous n'avons pas été en mesure de recruter du nouveau personnel qui désirait travailler le vendredi soir et le samedi toute la journée.

C'est donc deux animatrices régulières qui ont partagé la charge supplémentaire de travail.



189 HEURES DE SERVICES ONT ÉTÉ OFFERTES À PLUS DE

57 ENFANTS.



La famille sous toutes ses formes

ATELIERS ET ACTIVITÉS EN PARTENARIAT

CIUSSS de L'Estrie – CHUS (Memphrémagog) CIUSSS de L'Estrie – CHUS (Memphrémagog)

Halte allaitement	<p>D'avril à décembre, les rencontres, ont eu lieu en virtuel. Dès janvier, c'était le retour des rencontres dans nos locaux. C'était important pour nous de maintenir les liens de partenariat, même en ces temps un peu plus difficiles. La halte-allaitement est offerte une fois par mois et animée par une infirmière.</p> <p>12 rencontres, 46 présences mères, 3 présences pères</p>
Pèse bébé	<p>Nous mettons à la disposition des nouveaux parents une balance pour qu'ils puissent venir peser leur nouveau-né pour s'assurer du développement de celui-ci.</p> <p>78 présences mères, 32 présences pères</p>
Rencontres prénatales en allaitement	<p>Pour développer le savoir-faire nécessaire afin de bien démarrer l'allaitement. Les ateliers prénataux en allaitement sont offerts aux femmes en fin de grossesse et sont animés par une infirmière.</p> <p>11 rencontres, 25 présences mères</p>
Info Bébé	<p>Les rencontres hebdomadaire se veulent un moment convivial où les parents ont accès, le jeudi matin, à un réseau de personnes qui sont en mesure de répondre à leurs questions concernant l'allaitement, la croissance, l'alimentation, le sommeil et le développement de leur enfant. Les rencontres ont repris en présentiel en septembre 2022.</p> <p>200 présences mères, 67 présences pères, 208 présences bébés et 15 présences accompagnateurs.</p>
Parent'aise	<p>C'est le Programme volontaire d'aide personnelle, familiale et communautaire (PAPFC2) pour les parents d'enfants de 0-12 ans. Les objectifs sont de développer la disponibilité des parents à répondre aux besoins (cognitifs, sociaux, affectifs et moteurs) de leurs enfants, de favoriser un réseau informel et communautaire auprès des familles et d'améliorer leur rapport à la collectivité. Depuis août 2022, l'intervenante de la MFM co-anime le groupe de parents avec une intervenante du CSSSM. Une des actions qui sera déployé dans la prochaine année sera le pairage avec des membres de la communauté et des participants au programme.</p> <p>8 rencontres, 6 mères, 1 père</p>

PROGRAMME SIPPE

Service intégrés en périnatalité et pour la petite enfance à l'intention des familles vivant en contexte de vulnérabilité. (SIPPE)

La MFM reçoit un soutien financier du CIUSSS-CHUS qui nous permet d'offrir gratuitement des services aux familles répondant aux critères du SIPPE ; Le programme s'adresse aux femmes enceintes ayant un faible niveau de scolarité (secondaire IV et moins) ET un faible revenu, à leurs enfants âgés de 0-5 ans et à leur famille. Ces familles nous sont référées par le Centre de santé et de services sociaux de Memphrémagog ou entrent directement par nos portes.



10

FAMILLES RÉPONDANT AUX CRITÈRES DU PROGRAMME

DONS DE PRODUITS DE PREMIÈRE NÉCESSITÉ

La Maison de la famille Memphrémagog étant un milieu de vie, l'importance que nous accordons à l'accueil des familles nous permet de créer des liens de confiance et ainsi pouvoir soutenir plusieurs familles dans le besoin.

Banque Alimentaire Memphrémagog

Nous avons développé une belle collaboration avec **la Banque alimentaire Memphrémagog** qui nous remet des couches, du lait maternisé et de la nourriture.



BANQUE
ALIMENTAIRE
Memphrémagog

Chevaliers de Colomb Magog par l'entremise du Cœur sur la main, centre d'aide Magog

Quand une famille frappe à nos portes et qu'elle a besoin d'aide immédiate, les Chevaliers de Colomb sont toujours là pour les accueillir.



Au nom de ces familles un énorme

MERCI

PARTENARIAT AVEC LA VILLE DE MAGOG



La fête des nouveau-nés a pour objectif de prendre un temps d'arrêt pour souhaiter la bienvenue à tous les bébés et à leur famille. Nous voulons signifier aux parents qu'ils peuvent compter sur des ressources durant cette grande aventure parentale qui s'amorce.

Avec la pandémie, nous avons dû réinventer la fête. C'est maintenant des inscriptions continues. Les parents passent directement à la Maison de la famille pour récupérer leur cadeau et nous pouvons ainsi leur faire visiter la ressource famille de leur municipalité. Comme la fête n'avait pas eu lieu depuis le début de la pandémie, nous avons invité tous les nouveaux parents à s'inscrire rétroactivement.

39

FAMILLES

47

ENFANTS

Programme de subvention pour les produits d'hygiène durables

Afin d'encourager sa population à choisir des alternatives plus écologiques et de contribuer à la réduction des déchets à la source, la Ville de Magog a mis sur pied deux programmes d'aide financière pour l'achat de produits d'hygiène durables.

Ces programmes ont pour objectif de sensibiliser les citoyens à diminuer leur empreinte écologique en réduisant l'utilisation de produits à usage unique, emballés individuellement et composés principalement de matières non valorisables.

La Maison de la famille gérait déjà le volet 1: **Produits pour bébés et jeunes enfants.**

27 FAMILLES 27 ENFANTS

3 045, 54\$

En janvier 2022, le volet 2 a vu le jour : **Produits d'hygiène féminine.**

78 FEMMES | 5 348, 41\$

LANCEMENT DE LA SUBVENTION POUR LES PRODUITS D'HYGIÈNE FÉMININE DE L'ÉCOLE SECONDAIRE LA RUCHE

Nous avons tenu un kiosque à l'école secondaire de la Ruche lors du lancement d'une initiative du conseil étudiant ayant pour objectif de fournir gratuitement des produits d'hygiène féminine. L'objectif est de prévenir la précarité de certaines jeunes filles qui ne peuvent pas se procurer ces produits à la maison.

Nous avons présenté aux élèves des alternatives écologiques zéro déchet à ces produits jetables, comme les culottes menstruelles, les coupes menstruelles et les serviettes sanitaires lavables.

Notre équipe a même été filmée sur plusieurs chaînes de télévision. Cet événement a donc donné une belle visibilité à notre boutique « Aux Petits Trésors ». Nous collaborons également avec l'école pour faire la gestion d'une subvention qui permet aux élèves d'avoir accès à des produits à moindre coût.



ÉCOLE DES DEUX-SOLEILS

Nous avons tenu un kiosque à l'école des Deux-Soleils, lors de la journée d'ouverture. Nous avons profité de ce moment pour présenter aux parents les services de la MFM.



SALON MATERNITÉ ET JEUNES FAMILLES

Le 11 septembre 2022, nous avons tenu un kiosque au Salon maternité et jeunes familles.

Nous avons profité de cette belle journée pour faire connaître notre projet d'économie sociale soit la Boutique aux Petits Trésors et les services de la MFM.



BBQ DES FAMILLES



Pour souligner la fin de l'année, nous avons organisé un BBQ avec les familles pour souligner l'arrivée de la saison estivale. C'était une occasion de se réunir avant les vacances des familles.

FÊTE DE PÂQUES

Pour célébrer la fête de Pâques, nous avons organisé une chasse aux cocos où plusieurs enfants, petits et grands, se sont amusés à les trouver.

Ce fut un moment magique pour les parents et les enfants.

Les familles ont beaucoup apprécié cet évènement!



FÊTE DE L'HALLOWEEN



Pour la fête de l'Halloween, notre équipe s'est déguisée et a installé un kiosque pour distribuer des bonbons aux enfants du quartier.

FÊTE DE NOËL

Pour la fête de Noël, nous avons loué une salle au « KARTING ORFORD ».

Tous les enfants ont reçu un présent du Père Noël dont l'entrée gratuite pour le centre d'amusement intérieur.

Les enfants ont eu beaucoup de plaisir dans les structures de jeux.

C'était un beau moment de partage et de fête, et nous étions heureux de pouvoir célébrer nos chères familles, et de perpétuer la magie de Noël avec les enfants.



NOS DONATEURS

Merci au Comptoir familial !

5 000\$

à la Maison de la famille

+50 000\$

remis dans la communauté.



Nous avons eu une merveilleuse surprise. Celle d'être choisi par la **comédienne Sonia Vachon** lors de son passage à l'émission le tricheur.

Une somme de

2186 \$



REMERCIEMENTS

La belle entreprise québécoise Pomango de nous avoir fait don de **75 planificateurs 2023** pour nos familles.

MERCI !



REMERCIEMENTS À NOS PARTENAIRES FINANCIERS



Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke



Centraide Estrie





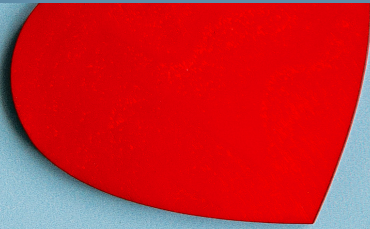
Pour autofinancer l'organisme,
nous avons créé un projet d'économie sociale soit :

la Boutique aux Petits Trésors :

Nous offrons des vêtements neufs pour enfants 0-8 ans, une gamme de produits zéro déchet, ainsi que les accessoires et couches lavables.

Tous les profits retournent à la Maison de la famille pour offrir davantage de services aux familles de la MRC Memphrémagog.





La Maison de la famille Memphrémagog, organisme communautaire famille fondé en 1994, est aujourd'hui un acteur incontournable de la vie associative de la région. Avec l'appui de notre réseau, nous nous employons à tisser un filet de prévention autour des familles et à les soutenir avec bienveillance.

Contactez-nous



(819) 868-0145



info@mafamilleamoi.org



40, rue Jean-Paul II, Magog, QC,
Canada



Pour faire un don 