

Depuis plus de 30 ans



LES accompagnantes

# Rapport Annuel

2016

2017





## Table des matières

Mots de présentation .....	5
Présidente .....	5
Coordonnatrice générale .....	7
Responsable des bénévoles .....	8
Présentation de l'organisme .....	9
Un peu d'histoire... ..	9
Notre mission.....	10
Nos valeurs .....	11
Notre philosophie d'intervention .....	12
Activités d'éducation et de soutien.....	13
Ligne d'écoute téléphonique .....	13
L'accompagnement .....	13
Accompagnement d'enfants.....	21
Ateliers intensifs de préparation à la naissance .....	20
Cours particuliers de préparation à la naissance.....	24
Groupe de soutien « J'ai mal à mon accouchement » .....	25
Facebook.....	26
Site web .....	26
Formation de base « Devenir accompagnante à la naissance ».....	27
Vie associative et démocratique .....	29
Bénévolat au sein du Collectif .....	29
Implication bénévole des accompagnantes actives .....	31
Formation .....	32
Formation des nouvelles bénévoles .....	32
Journées de réflexion.....	34
Administration.....	35
Conseil d'administration.....	35
Gestion financière.....	36
Personnel rémunéré .....	37
Promotion de l'organisme .....	38
Formations offertes .....	39
Priorités pour 2017 - 2018.....	39



*Collectif*

*Les accompagnantes*

*Rapport annuel*

*2016-2017*

Rédigé par :  
Chrystiane Naud, coordonnatrice générale  
Mylène Boulette, responsable des bénévoles

*Veillez prendre note que même s'il n'est pas directement nommé dans le document, le père a une place prépondérante. Nous utilisons aussi le terme conjoint pour désigner le partenaire de vie même si certains couples accompagnés sont des femmes homoparentales. Nous utilisons les termes « femme » et « accompagnée », car dans tous les cas, il y a une femme impliquée. Sachez que malgré ces « restrictions » grammaticales, notre organisme se veut inclusif et ouvert.*



# Mots de présentation

## *Présidente*

Encore une fois, ce fût une année bien remplie pour notre organisme! Remplie de nouveautés, de mouvements, d'idées et de projets, qui ont apporté leur lot d'émotions.

L'année 2016 fut un tournant pour les Accompagnantes. Notons d'abord le déménagement au printemps 2016, puis l'entrée en fonction de Mylène Boulette comme responsable des bénévoles en octobre. Mylène, comme le savent tous ceux qui la connaissent, a le Collectif tatoué sur le cœur. Elle a toujours fait preuve d'une implication sans pareil au sein de l'organisme, par sa participation au C.A., l'animation des formations de base, des ateliers intensifs et surtout, par ses nombreux accompagnements de mères, couples et enfants où elle donne à chaque fois le meilleur d'elle-même. Il n'y a qu'à l'écouter raconter ses récits d'accouchement pour que nous nous sentions captivées et touchées par l'émotion qu'elle nous transmet. Mylène, tu as rapidement su apporter ta couleur au Collectif et par la passion que tu nous transmets. Nous sentons plus que jamais que nous faisons partie de cette merveilleuse famille qu'est *Le Collectif Les Accompagnantes*. Merci pour tes conseils, ton oreille attentive et ton soutien auprès de chacune des membres du Collectif, anciennes et nouvelles.

Cette dernière année fut particulièrement prolifique pour les Accompagnantes, avec un bilan financier très positif. Les membres du C.A. ont eu la chance de se pencher sur le développement de nouveaux projets, ayant toujours à cœur d'offrir des services adaptés aux besoins de notre clientèle. Nous avons ainsi vu naître le groupe *J'ai mal à mon accouchement*, après plusieurs heures de travail acharnées pour mettre en place ce magnifique projet, que j'ai maintenant la chance d'animer avec Mélissa Morin deux jeudis par mois. Un merci particulier à toutes les personnes qui ont donné de leur temps et apporté leurs idées, pour que puissent maintenant en bénéficier des mères qui souhaitent se sentir comprises, accepter et faire la paix avec cet accouchement difficile pour pouvoir continuer d'avancer avec espoir. Le plus important, leur faire sentir qu'elles ne sont pas seules.

Le Collectif a nouvellement ouvert ses horizons. Notre chère Mylène s'est envolée vers Yellowknife en mars 2017, pour former 8 femmes qui souhaitaient offrir des services d'accompagnement à l'accouchement aux femmes francophones de leur région. C'est fantastique de pouvoir partager notre savoir-faire et notre expérience afin que plus de femmes puissent bénéficier de cette présence si précieuse lors de cette période importante et riche en émotions qu'est la naissance de leur enfant.

Je tiens à souligner qu'un nouveau projet prendra également son envol le 1<sup>er</sup> avril prochain, le *Service de Référence en Périnatalité pour les Femmes Immigrantes de Québec*, né de l'idée de Marielle M'bangha. Avec l'appui du C.A., Chrystiane et Marielle ont fait diverses démarches pour trouver des subventions afin que puisse démarrer le projet au début de la prochaine année financière. Elles ont rencontré divers intervenants du CIUSSS et du milieu communautaire pour appuyer le projet. Bravo Marielle pour ton beau travail, il nous fait plaisir de t'accueillir au sein de notre Collectif!

Avec tous ces changements, notre Collectif en sort grandi, les liens se sont resserrés et nous sommes prêtes à entreprendre la prochaine année avec une énergie renouvelée et cette passion qui nous caractérisent. Je ne peux que m'émerveiller du fait que nous soyons maintenant le double d'accompagnantes que nous étions l'an dernier et que, par le fait même, nous sommes en mesure de combler la plupart des demandes de services qui nous sont demandées.

Je ne peux vous dire à quel point je me sens privilégiée de faire partie de ce groupe de femmes de cœur qui, de par leurs différences et leur passion commune pour la périnatalité, enrichissent notre Collectif et notre communauté. Chacun d'entre vous, accompagnantes et membres du conseil d'administration, je vous dis merci!

Caroline Fontaine,  
Présidente du conseil d'administration

## *Coordonnatrice générale*

Chères bénévoles, membres accompagnantes, membres de soutien, membres du conseil d'administration, parents utilisateurs, partenaires et collaborateurs, nous tenons à vous remercier tous car sans le travail et la collaboration de chacun d'entre vous, notre beau collectif ne pourrait exister.

Notre année a commencé par le déménagement de notre organisme, puisque l'édifice de la YWCA sera complètement rénové, ce qui devrait prendre environ 18 mois. C'est à la maison communautaire Henri-Bergeron de L'Aide à la communauté à Loretteville que nous avons trouvé les locaux nécessaires pour nos bureaux et nos activités. C'est une belle équipe chaleureuse qui a su s'adapter pour nous permettre d'offrir nos services et répondre le mieux possible à notre clientèle. Sans surprise, nous avons constaté qu'une partie de la clientèle n'est pas venue pour assister à nos ateliers de préparation à la naissance à cause de la distance et du transport en commun qui n'est pas très efficace dans le secteur de Loretteville. Nous savons que c'est temporaire puisque nous retournerons à l'automne 2017 au YWCA dans des locaux tout neuf...

L'une de nos grandes préoccupations cette année, a été de réussir à jumeler toute les demandes d'accompagnement. Le manque de bénévole était évident. Avec l'arrivée de la nouvelle responsable des bénévoles à la fin d'octobre 2016, ses premiers mandats étaient d'accueillir les nouvelles venues, de rencontrer rapidement en entrevue celles qui souhaitaient joindre le collectif et surtout de rendre processus d'intégration et de formation de ces nouvelles accompagnantes efficace afin qu'elles puissent être en mesure de faire des accompagnements de manière autonome. Avec l'arrivée de ces nouvelles femmes au sein du groupe, il fallait maintenir l'esprit d'équipe et la cohésion. À voir la participation grandissante de nos bénévoles, leurs passages de plus en plus fréquents à nos bureaux et leurs échanges sur le groupe Facebook, nous ne pouvons que constater que notre beau collectif et toujours aussi vivant! Mylène a relevé ce défi avec brio!

Notre autre préoccupation était le groupe *J'ai mal à mon accouchement*, après avoir animé le premier groupe pilote, il s'est avéré nécessaire de revoir quelque peu la formule. À l'automne, le comité s'est réuni à plusieurs reprises et nous sommes fières du résultat. À l'hiver nous en avons fait la promotion et au printemps, un nouveau groupe débutait.

Depuis plusieurs années, de plus en plus de femmes immigrantes font appel à nos services. Nous avons constaté qu'elles connaissent peu les services en périnatalité. Marielle M'Bangha, originaire du Gabon et bien intégrée dans notre société, a le souhait de faire connaître tous les services existants afin que ces femmes puissent en bénéficier. Nous avons donc rencontré plusieurs intervenants du CIUSSS et du milieu communautaire et recherché du financement et dès le début de la prochaine année financière, nous démarrerons un *Service de référence en périnatalité pour les femmes immigrantes de Québec*.

Maintenir l'équilibre financier que nous avons réussi à mettre en place depuis 3 ans est très important. Le conseil d'administration et moi-même avons réussi encore cette année à respecter notre budget.

À cause d'un bête accident, j'ai dû m'absenter plusieurs semaines à l'hiver 2017 et mon retour a été très progressif. Je remercie toute l'équipe du conseil d'administration et la responsable des bénévoles pour leur soutien personnel et professionnel durant cette pause forcée...

Merci, car sans vous toutes, *Le Collectif Les Accompagnantes* n'existerait pas...

Chrystiane Naud, coordonnatrice générale

## *Responsable des bénévoles*

Cette année, ce fut un grand privilège pour moi de devenir la responsable des bénévoles au Collectif, au moment même où je fêtais mes 20 ans comme accompagnante.

À mon arrivée en octobre, La collaboration avec notre coordonnatrice, Chrystiane Naud s'est installée tout naturellement et nous avons rapidement perçu qu'une solide base était créée, nous ouvrant bien grand le monde des possibilités.

Mes objectifs premiers étaient alors, de favoriser la cohésion du groupe, la vie associative et le sentiment d'appartenance de chacune à notre organisme. Il fallait aussi agrandir les rangs de notre groupe afin de pouvoir répondre à toutes les demandes d'accompagnements.

Deux accompagnantes d'expériences, Laure Pierrot et Marie-Josée Huot sont revenues au Collectif peu après mon arrivée. Deux femmes merveilleuses certainement, mais aussi des accompagnantes passionnées qui possèdent une expérience dont le groupe est friand. Leur retour à créer un vent de confiance et d'empowerment.

L'implication de toutes les accompagnantes expérimentées a permis l'intégration de plusieurs nouvelles accompagnantes cette année. Nous avons plus que doublé le nombre de bénévoles du Collectif. D'une rencontre mensuelle à l'autre, nous avons vu le groupe s'agrandir et s'épanouir.

De la vitalité renouvelée du Collectif sont nés de magnifiques projets. Suite au projet pilote, un nouveau groupe de soutien *J'ai mal à mon Accouchement* a débuté, une formation de base à Yellowknife a eu lieu, un nouveau projet avec une étudiante sage-femme pour les femmes autochtones a germé et un service de référence pour femmes immigrantes viendra bientôt au monde.

Si le dynamisme du Collectif est toujours aussi puissant, c'est bien grâce aux merveilleuses bénévoles qui sont les racines insufflant la vie à ce groupe de femmes dévouées. Des femmes qui soutiennent des femmes, des couples et des familles dans leurs histoires de naissances. Des femmes qui se soutiennent entre elles, des femmes qui apportent de la confiance et du merveilleux à notre monde. Ainsi, j'ai pu relever les défis qui m'attendaient, grâce à la passion et à l'engagement de chacune des accompagnantes du Collectif.

C'est le cœur gonflé de fierté pour ce qu'est aujourd'hui le Collectif les Accompagnantes de Québec que je veux remercier toutes les personnes qui ont participé à l'épanouissement du Collectif, des racines jusqu'au bout des fleurs.

Mylène Boulette  
Responsable des bénévoles et des accompagnés

*L'équipe s'agrandit...*



*Une partie de l'équipe en mai 2016*



*Une partie de l'équipe en mai 2017*

# *Présentation de l'organisme*

## *Un peu d'histoire...*

Depuis la nuit des temps, les femmes qui mettent au monde leur enfant ont été admirées et adulées. Beaucoup de déesses ont été créées pour symboliser la toute-puissance des femmes qui portent la vie et donnent naissance.



*La célèbre Vénus de Willendorf, -20 000 à -25 000 ans*

Nos origines, le pays où l'on vit, le climat, la religion, nos valeurs et depuis un peu plus d'un siècle la médecine influencent les rituels et les protocoles qui régissent l'accouchement.

Autour de la naissance, beaucoup d'émotions, de sentiments mitigés et de peurs. Avec la médecine telle qu'on la connaît ici, l'accouchement est plus sécuritaire, mais la prise en charge a été spectaculaire et a atteint son apogée dans les années 50 et 60 où on endormait les femmes pour la naissance de leur bébé!

En 1981, un colloque important et influent a eu lieu : *Accoucher ou se faire accoucher* \*. À partir de cet événement, plusieurs femmes se sont mobilisées partout au Québec pour que les femmes puissent reprendre leur pouvoir sur leurs accouchements.

À Québec, un groupe de femmes a mis sur pied *Le Collectif d'accompagnement à l'accouchement : Les Accompagnantes* qui a été incorporé en 1984. Un organisme communautaire unique, dont le mandat est d'offrir un service d'accompagnantes pour favoriser l'humanisation de la naissance et mettre en valeur la capacité qu'ont les femmes à mettre au monde leur enfant.

Depuis, le milieu médical a posé maints gestes qui confirment que l'accouchement n'est pas une maladie, que l'accouchement physiologique est possible, normal et sécuritaire.

Dans les années 90, nous avons assisté à l'arrivée des chambres de naissance, la fin des longues hospitalisations postnatales, la cohabitation avec bébé, la reconnaissance de l'allaitement maternel comme premier choix alimentaire, la reconnaissance de la compétence des sages-femmes, les maisons de naissance et la formation universitaire de la pratique sage-femme.

Malgré tout, il reste encore du travail à faire puisque dans les centres hospitaliers où la péridurale est disponible, elle est utilisée de manière presque systématique sans égard aux risques associés et le nombre de césariennes non urgentes est très élevé. De plus, dans notre société de performance, l'accouchement doit être rapide, efficace, sans trop d'accalmies. L'instrumentation (décollement des membranes systémique, déclenchement, utilisation d'hormones, épisiotomie, ventouse, forceps, etc.) est très fréquente et pas toujours nécessaire.

Nous croyons que la majorité des femmes sont capables de mettre au monde naturellement leur enfant et que l'accouchement physiologique est ce qu'il y a de mieux pour la mère et l'enfant. Notre mandat est d'accompagner les femmes dans l'accouchement qu'elles souhaitent vivre, que ce soit en milieu hospitalier, en maison de naissance ou à la maison en présence d'une sage-femme, de les aider à croire en leur capacité de mettre au monde leur enfant, de les accompagner à faire des choix éclairés pour leur bien-être et celui de leur enfant.

Au fil des années, nous avons eu le souci de toujours mieux répondre aux besoins des familles. Nous avons modifié et bonifié nos services afin qu'ils suivent la réalité des femmes d'ici.

Au début des années 2000, nous avons mis sur pieds un groupe de soutien pour les familles qui vivent le deuil d'une grossesse ou d'un enfant. Ce service est devenu, en 2014, un organisme indépendant : *Les perséides*.

En 2014, afin de mieux rejoindre la clientèle de futurs et nouveaux parents, nous avons refait notre site web pour le rendre plus accessible et depuis, notre présence sur les réseaux sociaux par notre page Facebook s'est grandement accrue.

À partir de 2014, notre formation pour devenir accompagnante à la naissance a été complètement revue et nous nous assurons de la maintenir à jour et la bonifier au besoin. D'ailleurs, notre réputation et la reconnaissance vont bien au-delà de notre ville de Québec. Le nombre de participantes ne cesse d'augmenter. De plus, en mars 2017, nous avons offert une formation d'accompagnantes à la naissance, à Yellowknife dans les Territoires du Nord-Ouest afin que la communauté francophone de cette ville soit mieux soutenue. Cette formation se poursuivra dans la prochaine année financière.

Depuis 2016, nous avons mis sur pied un groupe de soutien : *J'ai mal à mon accouchement* pour les femmes ayant vécu un accouchement décevant, difficile ou traumatisant.

C'est donc un organisme bien vivant, en santé, rempli de projets et de belles idées qui poursuit sa mission auprès des nouvelles familles de Québec.

[\\*http://www.aspq.org/documents/file/19-accoucher-ou-se-faire-accoucher-1981.pdf](http://www.aspq.org/documents/file/19-accoucher-ou-se-faire-accoucher-1981.pdf)

## *Notre mission*

Le Collectif Les Accompagnantes a pour objectif d'humaniser la naissance, c'est-à-dire de replacer la femme qui accouche et son entourage au centre des préoccupations et d'accorder préséance à leur opinion quant aux décisions qui doivent être prises. Le désir de faire de l'accouchement une expérience positive et enrichissante anime jour après jour les accompagnantes qui œuvrent au sein de notre organisme.

Le Collectif Les Accompagnantes est un lieu privilégié qui permet à la communauté d'exprimer et de satisfaire son besoin d'être accompagnée durant la période périnatale (grossesse, accouchement, soutien après la naissance de l'enfant, et ce, jusqu'à six et parfois huit semaines postnatales).

Pour les femmes monoparentales, les adolescentes ou les nouvelles immigrantes dont le conjoint est parfois dans leur pays d'origine, l'accompagnante devient une présence, un soutien et un lien privilégié pendant l'accouchement. Cela permet aussi que la naissance de leur enfant soit une expérience enrichissante et positive plutôt qu'un moment de grande solitude.

Pour les femmes ou les couples vivant des difficultés d'adaptation à la grossesse, des problèmes liés à l'arrivée de bébé ou un manque de ressources, l'accompagnement devient un outil d'une grande valeur. Ce lien privilégié permet au couple de poser des questions et de comprendre les changements physiques et psychologiques qui s'opèrent tout au long de la grossesse.

Pour les femmes et les couples vivant une grossesse normale, simple et heureuse, la présence de l'accompagnante leur permet de se préparer à l'arrivée de leur enfant avec une personne qui répondra objectivement à leurs questions. L'accompagnante les informera sur les choix qui s'offrent à eux, leur expliquera les positions et les mouvements qui favorisent la descente du bébé et les techniques de soulagement de la douleur, afin que les couples puissent vivre l'accouchement selon leurs choix et leurs désirs.

En somme, peu importe le statut, le niveau socio-économique, la scolarité, le réseau, les origines, l'orientation sexuelle ou l'état de santé de la femme enceinte, la présence de l'accompagnante permet à la femme de se préparer à l'accouchement, au conjoint de se questionner et de se positionner dans son rôle et à tous de prendre conscience du travail que bébé aura à faire, lui aussi, pour venir au monde.

La grossesse est aussi une période favorable aux questionnements et aux prises de position par rapport à sa propre santé et au fonctionnement du système médical concernant la maternité et la naissance. L'accompagnante est une personne-ressource précieuse pour les parents qui désirent offrir un climat sain à l'enfant lors de son arrivée au monde et elle encourage les échanges, ou liaisons, entre les différents intervenants du réseau de la santé et des services sociaux.

## *Nos valeurs*

Accompagner les femmes lors de l'accouchement est, pour Le Collectif *Les Accompagnantes* de Québec, une façon d'améliorer notre monde.

Nous aidons les femmes, les couples et les familles à se préparer à la naissance et à accueillir un nouvel enfant. Nous aidons les femmes à accepter leur propre rythme, à apprivoiser cette danse entre l'enfant à naître et leur corps, à découvrir leur plein potentiel, à développer de nouvelles habiletés parentales et à se réaliser dans leur unicité.

Notre objectif premier est de les aider à vivre pleinement et à grandir de cette expérience. Lorsque les femmes suivent leur intuition et écoutent le langage de leur corps, elles redécouvrent cette possibilité qui leur est offerte : celle de participer aux forces de la vie.

En accueillant chaque parent avec ses propres particularités, nous les aidons à apprendre à faire confiance dans leurs choix et à découvrir l'importance d'être lié à leur enfant avant même sa naissance.

Le partage et le respect sont des valeurs interreliées et ancrées dans l'approche de l'organisme.

### **Le partage**

- Donner et recevoir de l'aide. Cette transmission mutuelle lors de l'accompagnement favorise le soutien, la souplesse, l'ouverture et l'autonomie;
- Partager les connaissances et le savoir afin de permettre de faire des choix éclairés;
- Découvrir l'autre et se découvrir soi-même, dans le respect des forces et des limites de chacun;
- Accueillir et écouter l'autre, puisque chacun porte en soi sa propre histoire.

### **Le respect**

- Respecter l'autre et se respecter soi-même dans les forces et les limites de chacun;
- Acceptation de l'autre : L'authenticité, la confiance et la confidentialité favorisent la relation et l'intimité;
- Respecter les forces et les limites de notre mandat auprès des familles et travailler en collaboration;
- Manifester ses forces et ses faiblesses en étant conscient de ses limites et de ses compétences.



# *Activités d'éducation et de soutien*

---

## *Ligne d'écoute téléphonique*



Le premier contact entre la clientèle et le Collectif par la ligne d'écoute téléphonique est d'une grande importance. C'est avec chaleur et ouverture que nous accueillons les demandes d'information et de services qui nous sont adressées. Soulignons que nous offrons fréquemment des précisions relatives au rôle de l'accompagnante par rapport aux autres intervenants gravitant en périnatalité. Sans même utiliser l'un de nos services, plusieurs femmes, et même quelques hommes nous contactent pour obtenir du soutien et de l'information autour de leur grossesse et de l'accouchement à venir.

En plus de notre clientèle, les bénévoles utilisent fréquemment le service d'écoute téléphonique. C'est d'ailleurs une des grandes forces de notre collectif, les accompagnantes ne sont pas seules et elles savent qu'elles peuvent toujours compter sur le soutien de la responsable des bénévoles et de la coordonnatrice. En effet, les accompagnantes sentent régulièrement le besoin de se confier, d'être rassurées ou de pouvoir ventiler certains événements ou émotions concernant leurs accompagnements.

Enfin, nous recevons des appels de la part de nos partenaires. Dans la plupart des cas, ces appels ont pour but d'obtenir de l'information à propos de nos services ou de nous référer une cliente ou d'effectuer une demande d'accompagnement pour des parents.

Quotidiennement c'est un minimum de six appels que nous recevons, ce qui représente plus de 1600 appels par années.

Il ne faut pas oublier les centaines d'échanges téléphoniques et par texto que nos accompagnantes échangent avec les familles qu'elles accompagnent.

## *L'accompagnement*

Le service d'accompagnement vise à redonner aux parents « l'empowerment » relié à la grossesse, l'accouchement et l'accueil de leur enfant. Nous souhaitons ainsi leur permettre de faire des choix éclairés et de se sentir pleinement impliqués et compétents dès les débuts de cette aventure qu'est la parentalité. Pour ce faire, nous offrons un accueil sans préjugés, une présence bienveillante, un soutien adapté aux besoins des parents et une écoute active.

### *Objectifs*

- Créer une relation de confiance avec les parents ;
- Informer les parents à propos de la grossesse et de l'accouchement, notamment au sujet des méthodes de soulagement de la douleur, des positions favorisant la descente et le passage de bébé ainsi que des interventions médicales possibles ;
- Appuyer les parents dans la confiance en leurs compétences ;
- Offrir une présence continue à l'accouchement par une personne connue ;

- Soutenir et encourager la femme lors de l'accouchement ;
- Soutenir et accompagner le conjoint dans son rôle de soutien ;
- Reconnaître les forces et les capacités des parents et des différents intervenants ;
- Faciliter l'acceptation des événements imprévus ;
- Favoriser l'adaptation à la venue de bébé en postnatal.

### Caractéristiques du service d'accompagnement

- Accessible à tous : femmes, couples et familles, sans égard pour leur âge, leur orientation sexuelle, leur statut socio-économique ou leur appartenance culturelle ;
- Accueil chaleureux et sans préjugés ;
- Service personnalisé, adapté aux besoins des parents ;
- Disponibilité de 24h/24h pour l'accouchement, à partir de la 38<sup>e</sup> semaine de grossesse (une grossesse normale dure habituellement entre 38 et 42 semaines) ;
- Des bénévoles dévouées et empathiques ;
- Le respect des choix, des forces et limites de chacun/chacune.

### Données et statistiques relatives au service d'accompagnement

Nous avons reçu 129 demandes d'accompagnement en 2016-2017. De ces demandes, 45 seront traitées en 2017-2018 à cause de la date prévue d'accouchement.

Parmi les accompagnements fait en 2016-2017, 21 accompagnements étaient des inscriptions de 2015-2016.

Cette année, 44 demandes ont été annulées, la majorité d'entre elles dans les 7 premiers mois.

En 2016-2017, nous avons donc complété **61 demandes** d'accompagnements.

Tableau 3.1 : Nombre d'accompagnement effectués dans l'année

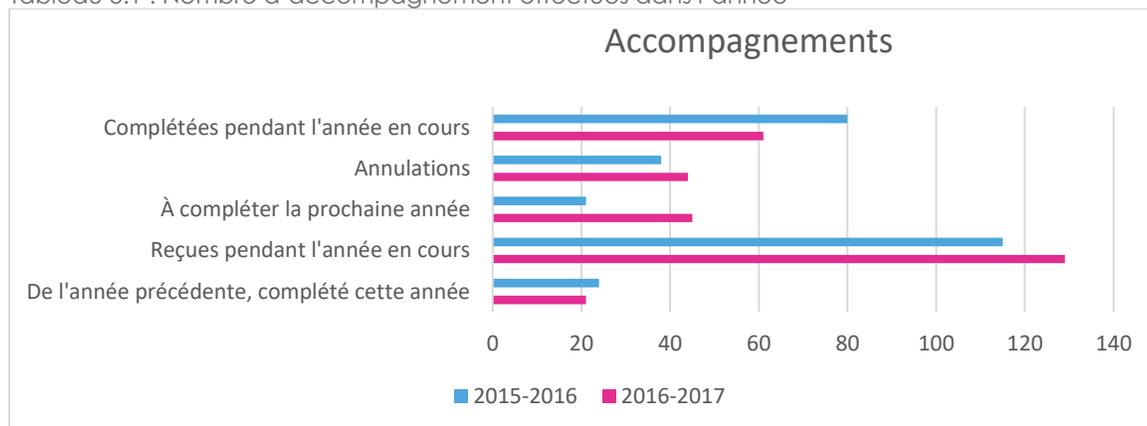


Tableau 3.2 : Nombre de rencontres effectués en accompagnement

	2015-2016	Par accompagnement	2016-2017	Par accompagnement
Accompagnements dans l'année	85		61	
Rencontres prénatales	175	2 rencontres	116	2 rencontres
Présences à l'accouchement	64	75%	52	85%
Rencontres postnatales	80	95%	54	89%

On constate que les accompagnantes rencontrent en moyenne 2 fois les familles en prénatale. Par contre, lorsqu'on observe les présences de l'accompagnante à l'accouchement, on remarque qu'elles n'y ont pas toujours assisté. Plusieurs raisons peuvent expliquer leur absence : bébé arrive trop vite, césarienne planifiée, accompagnante indisponible ou les parents ne l'informent pas l'accompagnante au moment de l'accouchement. Quant aux rencontres postnatales, celles-ci dépendent des besoins des parents. Plusieurs parents ont un bon réseau autour d'eux et un ou deux contacts téléphoniques suffisent pour faire le bilan.

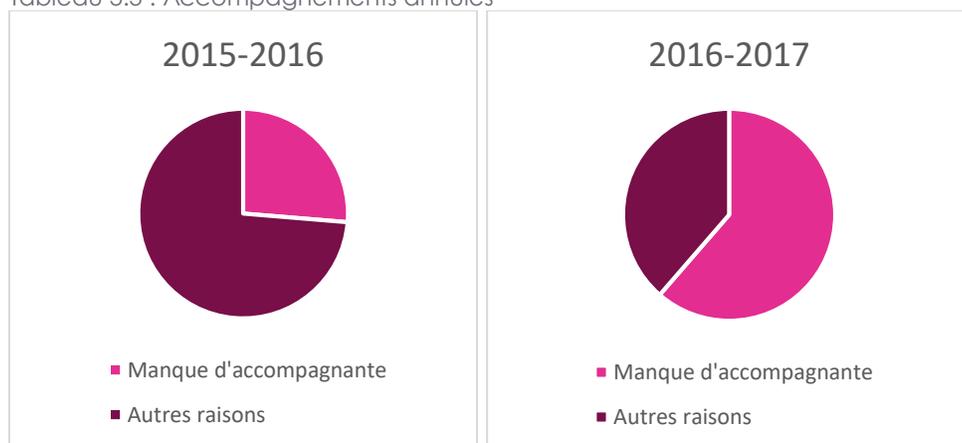
### Annulations

Comme il est mentionné plus haut, 44 demandes ont été annulées en 2016-2017. Ce nombre en augmentation est expliqué par le nombre d'accompagnantes en baisse dans l'année précédente. Les demandes annulées par manque d'effectif sont en hausse depuis la dernière année.

C'est pourquoi un des premiers mandats de la nouvelle responsable des bénévoles, arrivée en octobre 2016, était d'augmenter le nombre d'accompagnantes au sein du Collectif, afin de pouvoir répondre à la demande de notre clientèle.

En ce qui concerne les autres demandes annulées, les raisons rapportées sont : interruption de grossesse, orientation vers une césarienne pour raisons médicales ou diverses raisons personnelles.

Tableau 3.3 : Accompagnements annulés



## Profil des personnes accompagnées

Nous offrons le service d'accompagnement à toutes les femmes, couples et familles qui attendent un bébé, et ce, sans égard à leur âge, leur orientation sexuelle, leur statut socio-économique, ni leur appartenance culturelle. Notre clientèle est donc très diversifiée.

Afin d'adapter le service à la diversité rencontrée, nos accompagnantes font preuve de créativité, d'initiative et d'une grande capacité à collaborer avec les différents acteurs entourant la femme/famille.

Tableau 3.4 : secteur d'habitation

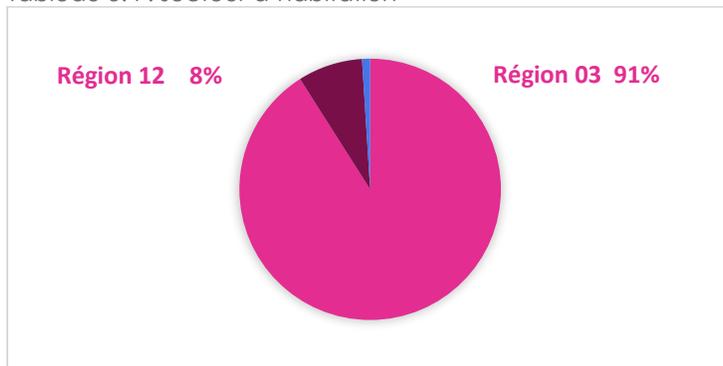
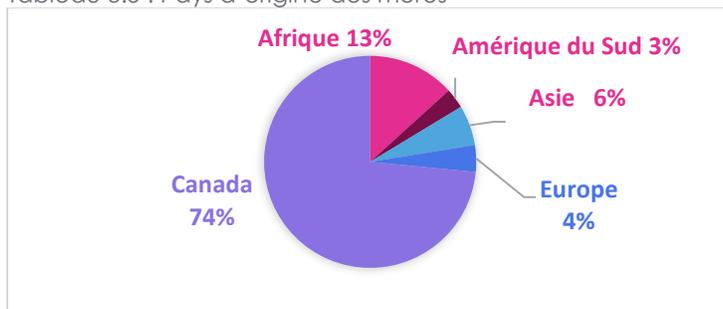


Tableau 3.5 : Pays d'origine des mères



Cette année, environ 26 % des demandes provenaient de mères immigrantes. La majorité des accompagnées immigrantes proviennent d'Afrique. Il est à noter que ces données ne concernent que les mères, car l'origine des pères n'est pas une donnée compilée.

Tableau 3.7 : Statut conjugal des femmes

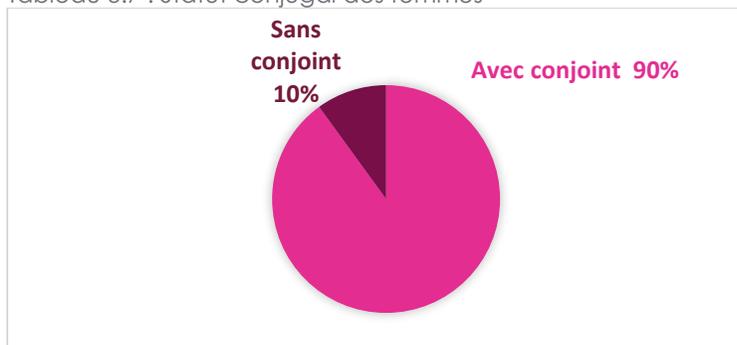
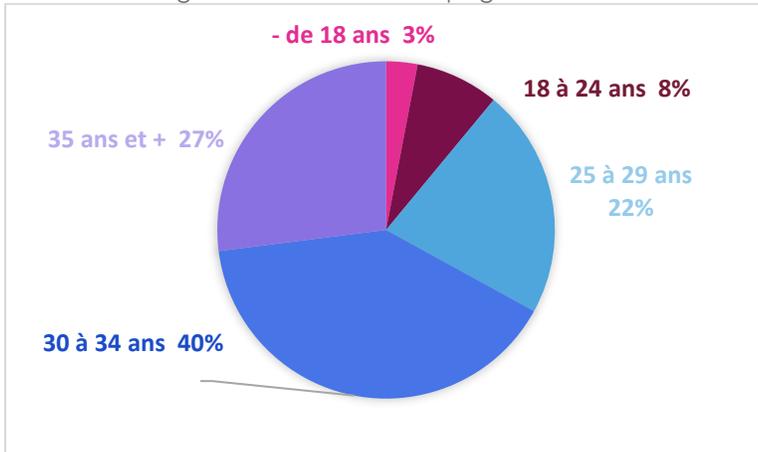
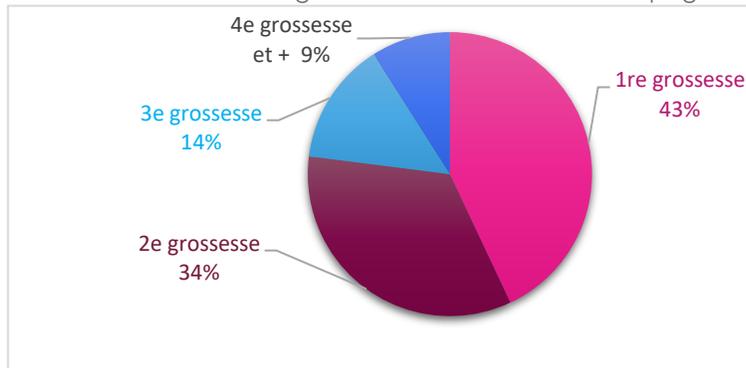


Tableau 3.6 : Âge des femmes accompagnées



Notons que la moyenne d'âge des accompagnées est de 33 à 34 ans. Comparativement à l'année 2015-2016, les données montrent une légère augmentation du pourcentage des femmes âgées de 35 ans et plus.

Tableau 3.8 : Nombre de grossesses des femmes accompagnées



Comme à l'habitude, la majorité de notre clientèle, soit 77 % des accompagnées, en est à sa première ou deuxième grossesse.

L'essence même de l'accompagnement se trouve lors de l'accouchement. Les accompagnantes bénévoles passent en moyenne 12 heures en compagnie de la femme et du couple accompagnés lors de l'accouchement. Elles doivent s'adapter non seulement aux différents besoins de la mère/famille, mais également aux différents contextes (interventions médicales, intervenants, milieux, personnel changeant, etc.). Les tableaux qui suivent montrent certains des différents contextes auxquels nos accompagnantes doivent s'ajuster.

Tableau 3.9: Répartition des femmes accompagnées selon le choix de l'intervenant

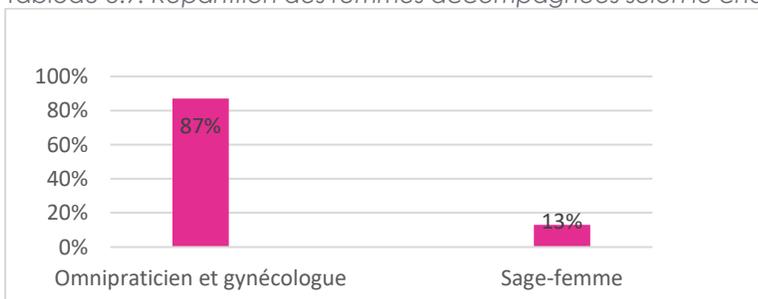
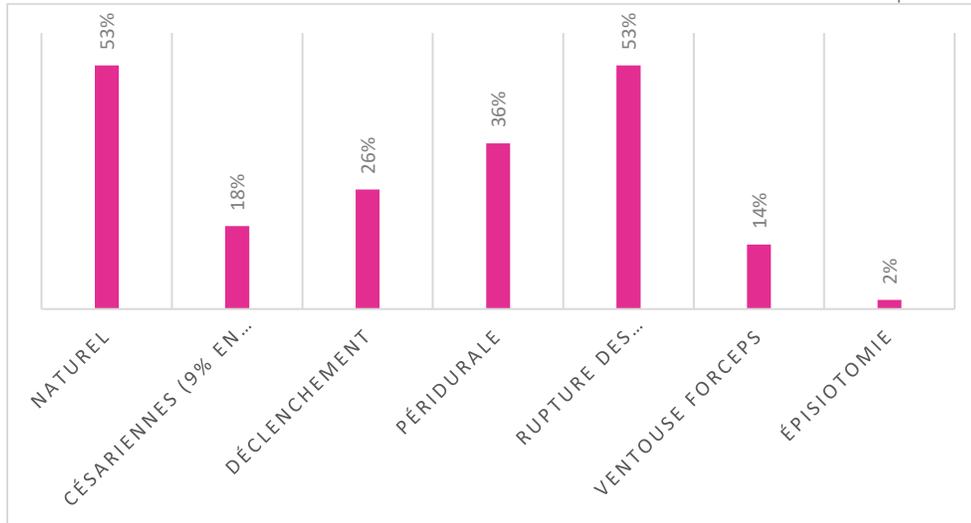


Tableau 3.10 : Interventions médicales lors de l'accouchement des femmes que nous avons accompagnées



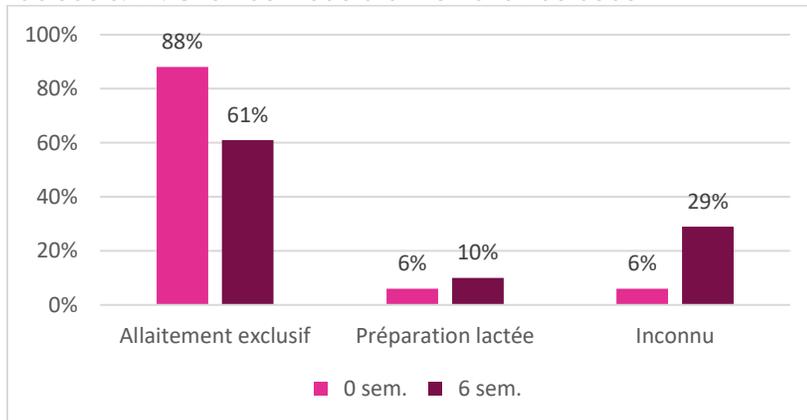
Selon le tableau 3.10, nous enregistrons un taux d'accouchement naturel en forte augmentation par rapport à l'an dernier. Il est à souligner qu'un accouchement naturel se définit ici par un accouchement sans péridurale et sans césarienne. Nous considérons ainsi un accouchement naturel, car nous désirons faire ressortir l'impact du rôle de l'accompagnante sur le déroulement de l'accouchement.

Il est à noter que la différence entre les accouchements naturels et ceux sous péridurale, soit le 11% manquant, est attribuable aux césariennes planifiées, ou qui surviennent en cours de travail sans qu'il n'y ait déjà de péridurale, ces accouchements ne sont alors considérés ni naturel, ni sous péridurale.

## Allaitement

Lors des premières heures postnatales (0 sem.), ainsi que lors des communications et des rencontres postnatales (6 sem.), les bénévoles-accompagnantes compilent le mode d'alimentation choisi par la mère.

Tableau 3.11 : Choix du mode d'alimentation du bébé



Notons que les mères qui extraient leur lait et nourrissent leur bébé exclusivement avec ce lait sont considérées dans la catégorie *allaitement maternel*.

Parmi les mères qui n'allaitent ni à la naissance ni à 6 semaines postnatales, les raisons mentionnées sont : grande fatigue, choix personnel, hospitalisation du bébé et adoption.

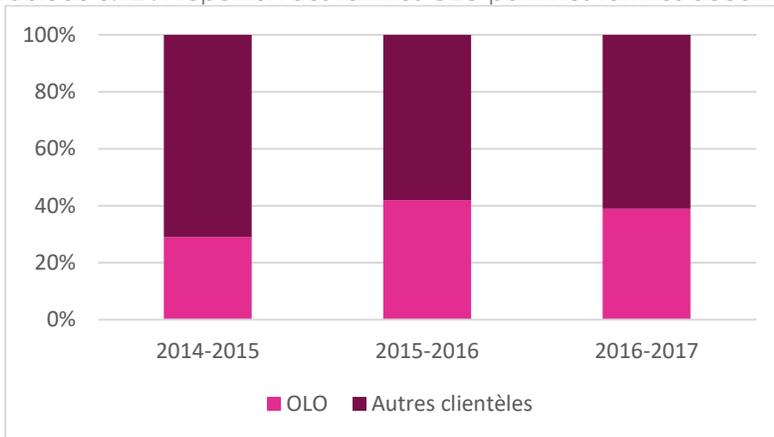
## Entente de don

Lorsque les parents nous adressent une demande d'accompagnement, une entente de don est conclue conjointement entre eux et Le Collectif concernant le montant qu'ils verseront à l'organisme. L'entente de don est proposée en tenant compte du revenu annuel du foyer. Les ententes correspondent à 0,5 % du revenu familial brut. Le montant est parfois révisé afin de convenir à la réalité financière des parents. Les familles reçoivent par la suite un reçu de charité permettant d'obtenir un crédit d'impôt.

Parmi les 61 demandes complétées en 2016-2017, 22 familles bénéficiaient du programme OLO\*. Cela implique que ces 22 accompagnements ont été sans frais pour ces familles. Le pourcentage des familles bénéficiaires du programme OLO était en forte hausse l'an passé et il est resté sensiblement le même cette année.

Fait à noter, trois de ces familles nous ont tout de même remis un don variant entre 20 \$ et 100\$.

Tableau 3.12 : Proportion des familles OLO parmi les familles accompagnées



Il est important pour nous de continuer à soutenir gratuitement ces familles afin qu'elles puissent vivre une grossesse et un accouchement dans le respect de leurs choix et dans le partage humain.

\*[www.fondationolo.ca](http://www.fondationolo.ca) : soutien alimentaire du CLSC pour les femmes enceintes à faible revenu

## Témoignages de nouveaux parents



La naissance de notre petit Abel ne s'est pas déroulé comme nous l'avions espéré : après de longues heures de travail, il a fallu recourir à une injection d'ocytocine et à une péridurale puis, comme cela ne suffisait pas à « débloquer » le travail, à une césarienne.

Pourtant, ce long et tumultueux périple ne nous laisse pas de mauvais souvenirs. Au contraire, grâce à la présence de notre accompagnante, nous avons pu vivre sereinement et jusqu'au bout notre tentative d'accoucher naturellement. De par ses gestes, ses conseils et sa présence, notre accompagnante nous a permis de créer une ambiance intime et de vivre les événements à notre rythme. Sa présence et ses conseils nous ont aussi permis de mieux dialoguer avec l'équipe médicale. En nous rassurant et en nous offrant son point de vue, notre accompagnante nous a permis de garder le contrôle sur le déroulement des événements, ce qui nous permet aujourd'hui de nous dire que nous avons fait tout notre possible et que si c'était à refaire, nous n'aurions pas pu être mieux préparés et accompagnés.

*Céline et Baptiste*



Nous avons bénéficié à deux reprises du service d'accompagnement, une fois à l'hôpital et l'autre à la maison des naissances. Dans les deux cas, ce fut un service très apprécié et pertinent, car l'accompagnante nous a mis en confiance devant le défi qui nous attendait.

À l'hôpital, notre accompagnante nous a aidés à mieux comprendre la situation et nous a expliqué nos options. Elle nous a aidés à faire des choix selon nos besoins sans imposer sa vision. Cela nous a permis de vivre un accouchement naturel malgré le déclenchement qui a eu lieu. Le respect de nos droits, ses encouragements, ses suggestions de positions et les nombreux points de pression nous ont aidés à surmonter la peur et les douleurs. Notre accompagnante a humanisé la naissance dans le tourbillon du monde hospitalier.

À la maison des naissances, notre accompagnante n'a pas eu à vulgariser ce qui se passait (contrairement à l'hôpital), car les sages-femmes le font très bien! Toutefois, elle fut d'une grande aide pour nous accompagner dans la douleur, toujours à travers ses suggestions de positions, ses points de pression et ses nombreux encouragements. Autant pour mon conjoint que pour moi-même, elle fut d'une présence rassurante.

Pour nous, une accompagnante est un service essentiel et complémentaire qui favorise une expérience positive de l'accouchement par la présence soutenue, minute par minute qui nous est offert.

*Chantal et Julien*

## *Accompagnement d'enfants*

Le rôle de l'accompagnante avant et pendant l'accouchement est d'expliquer à l'enfant ce qui se passe lors d'un accouchement, de démystifier les sons de maman, de lui changer les idées, mais surtout d'être à l'écoute de ce que l'enfant vit, de ce qu'il souhaite voir ou non. Certains enfants préfèrent aller jouer dehors, bricoler, dessiner, se faire raconter des histoires, la plupart viennent passer des petits moments avec leurs parents puis retournent jouer, d'autres restent près de leur maman et s'impliquent auprès d'elle.



Les accompagnantes qui s'investissent dans l'accompagnement d'enfants ont ce talent d'entrer facilement en relation avec les enfants, de gagner rapidement leur confiance et ont une écoute exceptionnelle.

Cette année nous avons reçu 4 demandes d'accompagnements d'enfants. Comme dans la plupart des demandes, il y avait plus d'un enfant, nous avons accompagné 7 enfants, cinq petites filles et deux petits garçons âgés entre 2 et 6 ans. Ceux-ci ont assisté à la naissance de leur frère ou de leur sœur avec tout le soutien dont ils avaient besoin.

## *Ateliers intensifs de préparation à la naissance*

Les ateliers intensifs de préparation à la naissance (AI) sont offerts à une fréquence d'une fois par mois et ont une durée de deux jours, soit deux samedis consécutifs, de 9 h à 16 h. Ces ateliers en petits groupes comptent un maximum de 12 participants ou 6 couples. Ils sont animés par des accompagnantes-animatrices. Le but de ces ateliers est de sensibiliser les mères et les pères au pouvoir qu'ils ont au moment de la mise au monde de leur enfant et de les outiller afin qu'ils puissent s'approprier cet événement. Les ateliers s'articulent autour de plusieurs sujets dont la physiologie du travail et de l'accouchement, la gestion de la douleur et les droits des parents durant la naissance.

Il nous semble pertinent de suggérer aux futurs parents de participer aux ateliers de préparation à la naissance pendant le dernier trimestre de la grossesse. De ce fait, les groupes sont plus homogènes quant au terme de leur grossesse et les préoccupations des parents sont analogues. Il est évident que le choix de la date de participation aux ateliers revient aux parents et dépend de leurs disponibilités et de leurs préférences.

Cette année, les accompagnantes-animatrices ont consacré 150 heures pour mettre à jour le matériel utilisé lors des ateliers intensifs. Nous avons maintenant une nouvelle présentation ainsi qu'un nouveau et très beau cahier des participants à jour et pertinents, très appréciés par les parents.

### *Animatrices*

Les ateliers intensifs sont animés par des accompagnantes d'expérience. Ces dernières, en plus d'être bien formées, sont habilitées à reconnaître et clarifier les besoins des futurs parents. Ces atouts leur permettent de bien transmettre la matière tout en adaptant le programme aux besoins réels des femmes et des couples présents.

Cette année, une nouvelle animatrice, Geneviève Tousignant, s'est jointe à Émilie Rivard et à Mylène Boulette pour l'animation des ateliers.

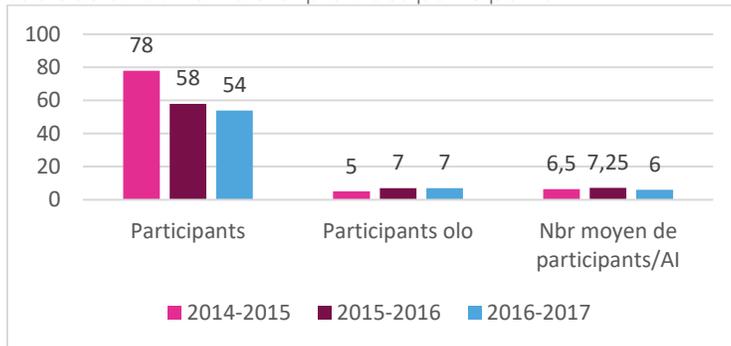
## Données et statistiques relatives aux ateliers intensifs

Pour l'année 2016-2017, nous avons animé huit groupes d'ateliers intensifs de préparation à la naissance. Deux ateliers ont été annulés en raison du nombre insuffisant d'inscriptions et deux ont été transformés en cours particuliers puisqu'il n'y avait qu'un couple d'inscrit.

Trois étudiantes en médecine ont assisté à nos ateliers intensifs dans le cadre d'un stage en milieu communautaire. En plus des 12 heures de formation, ces étudiantes ont passé environ 2 heures avec la coordinatrice avant la formation afin de bien connaître nos divers services.

Cette année, cinq accompagnantes sont venues assister aux ateliers intensifs pour parfaire leur formation. Une accompagnante est venue assister avec une femme monoparentale qu'elle accompagnait à la naissance.

Tableau 3.12 : Nombre et profil des participants



\*[www.fondationolo.ca](http://www.fondationolo.ca) : soutien alimentaire du CLSC pour les femmes enceintes à faible revenu

Tableau 3.13 : Âge des participantes

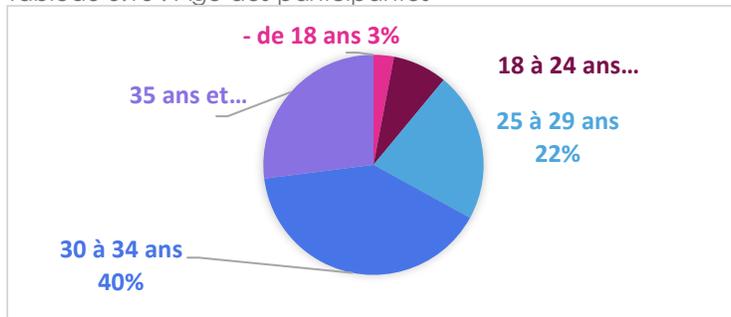


Tableau 3.14 : Nombre de grossesse des participantes

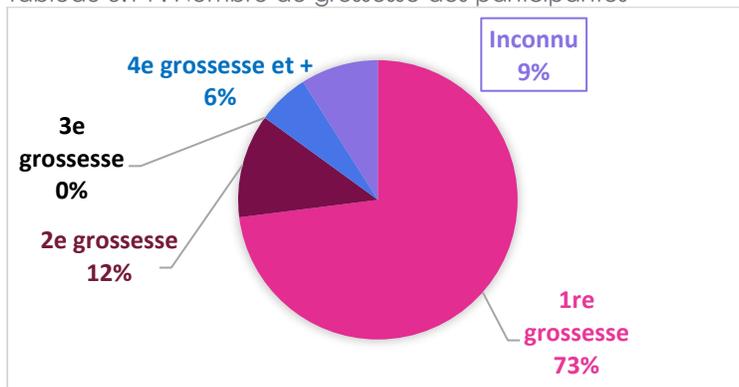
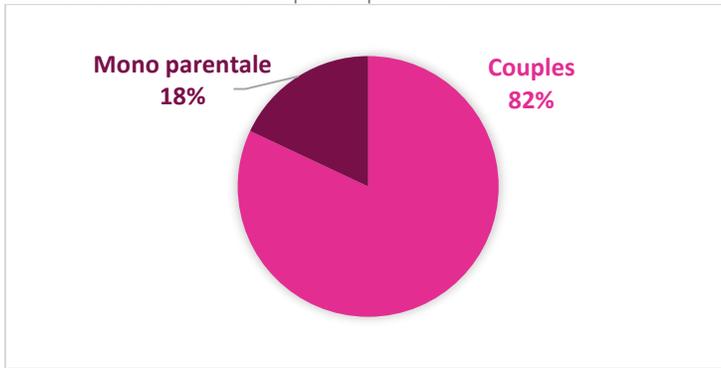


Tableau 3.15 : Statut des participantes



Sans grande surprise, la majorité des parents qui suivent les ateliers intensifs attendent leur premier enfant.

Tableau 3.16 : Secteur d'habitation

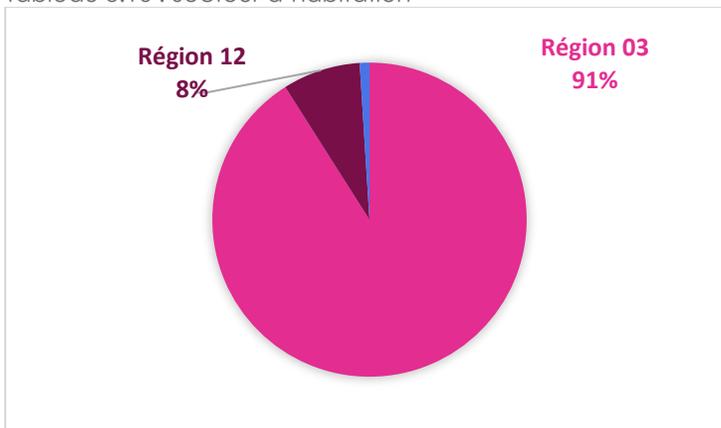
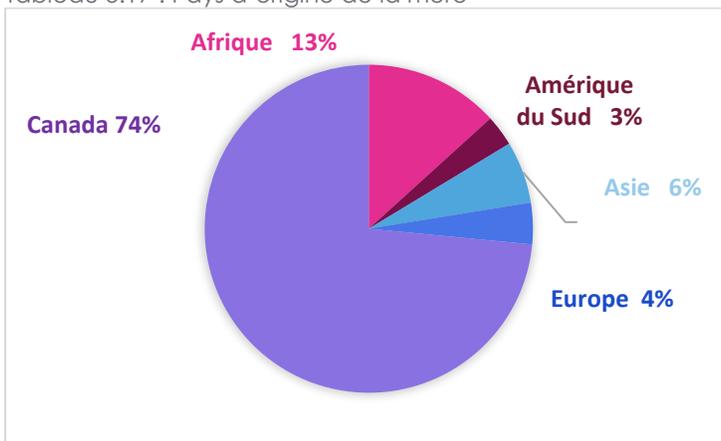


Tableau 3.17 : Pays d'origine de la mère



## *Évaluations des parents*

À la fin de chaque atelier, les participants remplissent une évaluation. Ces dernières sont lues avec soin par les animatrices et la responsable des bénévoles dans un souci d'amélioration constante de nos services. De manière générale, les commentaires des parents sont positifs et constructifs. Il est arrivé à maintes reprises que les parents soulignent que les ateliers intensifs sont très complets et qu'ils sont satisfaits du service.

Suite à l'intégration du nouveau PowerPoint et cahier des participants, les commentaires sont toujours positifs sur la structure, les sujets et l'animation. Une maman a même écrit que ces cours devraient être obligatoires! Les éléments qu'il serait souhaitable d'améliorer sont : développer plus le sujet du postnatal (pour 6 participants) et plus de pratique sur les positions (pour 4 participants). Soulignons que le petit nombre de participants par atelier est très apprécié des parents.

## *Cours particuliers de préparation à la naissance*

Le profil des personnes ayant recours aux cours particuliers de préparation à la naissance ainsi que leurs motivations sont variées :

- Personne qui ne souhaite pas de présence à l'accouchement et pour qui les ateliers intensifs de préparation à la naissance en groupe ne conviennent pas;
- Personnes présentant des particularités de santé mentale ou physique (ex. : personne agoraphobe);
- Parent ayant un grand besoin d'intimité et qui préfère échanger avec un nombre restreint de personnes;
- Personne avec des limitations fonctionnelles (ex. : surdité);
- Femme ayant une grossesse à risque élevé (GARE) et qui doit rester au repos.

Le coût relatif au cours particulier est de 175 \$. Ceci inclut le temps accordé pour la définition des besoins (lors d'une rencontre ou, plus souvent, par téléphone et/ou courriel), la préparation d'un cours personnalisé, ainsi que le cours lui-même. Notons que les heures de préparation nécessaires à l'accompagnante varient selon son expérience et les besoins des parents. Un cours dure généralement de 5 à 7 heures, selon les besoins.

Cette année, nous avons reçu deux demandes de cours particuliers et deux Ateliers intensifs sont devenus des cours particuliers par manque d'inscriptions. Ces 2 dernières familles n'ont pas eu à payer de supplément puisqu'elles s'étaient inscrites à la formation de groupe.

## *Évaluations des parents*

Un formulaire d'évaluation est remis aux participants lors du cours. Nous y accordons une grande importance, dans un souci constant d'améliorer nos services. Ces évaluations sont très positives. Les parents apprécient largement le fait d'avoir reçu une formation à la carte, spécifiquement adaptée à leurs besoins, intérêts et particularités. De plus, recevoir un cours dans le confort de leur foyer et pouvoir choisir le moment qui leur convient sont des caractéristiques également très appréciées de la part de cette clientèle. De manière générale, les parents disent se sentir très bien outillés à la suite du cours. De plus, les animatrices sont considérées comme étant professionnelles et chaleureuses par les parents.

## *Groupe de soutien « J'ai mal à mon accouchement »*



Depuis plusieurs années, notre clientèle ainsi que beaucoup d'autres femmes nous expriment que dans certains cas, la guérison de leur accouchement, bien au-delà de la blessure physique, était longue et difficile. Que ce soit à cause d'une déception, d'un accouchement long, difficile ou traumatique, la blessure laisse des traces.

Ces femmes retrouvent peu d'écoute et de soutien autour d'eux, surtout si « bébé et maman vont bien ».

Au fil des années, nous avons constaté que plusieurs femmes se sont senties non respectées et même violentées lors de leur accouchement. D'ailleurs, depuis quelques années, la violence obstétricale est de plus en plus dénoncée et de mieux en mieux

documentée.

Un groupe pilote de partage appelé *J'ai mal à mon accouchement* a débuté en février 2016 et a eu lieu une fois par mois sous la forme d'un groupe ouvert. Il y a eu quatre rencontres cette année soit en avril, mai, juin et juillet. Les présences aux rencontres ont varié d'une participante à quatre.

Ce groupe a toujours été animé par 2 animatrices. Mélissa Morin est l'animatrice principale, 3 autres animatrices ont coanimé avec elle, soit Mylène Boulette, Caroline Fontaine et Myriam Touré.

Le bilan du groupe pilote a confirmé un besoin réel des participantes d'être entendues et soutenues. Par contre, la formule devait être remaniée pour permettre une meilleure cohésion de groupe et un meilleur cheminement.

Le comité d'évaluation s'est réuni à 5 reprises afin de redéfinir la structure du groupe

- Chrystiane Naud, psychoéducatrice, coordonnatrice générale des *Accompagnantes*;
- Stéphanie Roy, Travailleuse sociale, responsable des bénévoles;
- Mylène Boulette, Présidente des *Accompagnantes*, aide natale, accompagnante et animatrice;
- Mélissa Morin, consultante IBCL, accompagnante et animatrice responsable;
- Caroline Fontaine, éducatrice spécialisée, vice-présidente des *Accompagnantes* et animatrice;
- Myriam Touré, éducatrice spécialisée et animatrice.

Après près de 100 heures de travail, à réfléchir et à revoir la formule et le contenu, la nouvelle formule du groupe de soutien est :

- Le groupe de 6 à 8 participantes sera un groupe fermé afin de permettre de cheminer et d'évoluer ensemble;
- La durée est de 6 rencontres de deux heures, aux deux semaines;
- Un thème différent sera exploré chaque rencontre et certaines activités ont été définies pour chaque thème;
- Quelques activités « rituelles » reviennent à chaque rencontre pour marquer le cheminement;

Il y aura à chaque rencontre l'espace nécessaire au partage. Le défi suivant consistait à faire connaître ce service. Il nous est apparu que seule la publicité sur notre page Facebook et notre site internet ne suffisait pas, car le manque d'inscriptions nous empêchait de commencer un groupe.

Nous avons produit des cartons publicitaires et en avons fait la distribution.

Avec l'équipe de CKIA FM, nous avons fait la promotion du service *J'ai mal à mon accouchement* par une publicité qui a été diffusée à plus de 25 reprises en novembre et décembre 2016. De plus, en janvier

2017, Chrystiane Naud, notre coordonnatrice, a assisté à l'émission *Mes amies de fille* pendant laquelle nous avons bénéficié de trois blocs de 8 minutes pour parler de nos services.

Elle est aussi allée présenter le projet à plusieurs intervenants du réseau de la santé et des CSSS. L'accueil a été excellent.

Pendant l'hiver 2017, nous avons reçu suffisamment d'inscriptions pour former un premier groupe de 7 femmes qui a débuté en avril 2017.

## *Site web*

Notre site web <http://accompagnantes.qc.ca/> est beaucoup plus consulté que dans le passé. Lorsque les gens nous téléphonent, ils ont déjà visité le site auparavant et connaissent nos services ainsi que l'horaire de nos activités.



## *Facebook*

Nous possédons une page Facebook publique ainsi qu'un groupe privé accessible uniquement par nos accompagnantes.

La page publique : <https://www.facebook.com/ACCOMPAGNANTES/> nous sert principalement à faire la promotion de nos services et à publier de l'information pertinente au sujet de la grossesse, de l'accouchement et du postnatal. C'est plus de 850 personnes qui suivent notre page, 200 de plus que l'an dernier!

Beaucoup de femmes nous contactent par cette page, soit pour de l'information concernant leur grossesse ou leur accouchement, mais plus souvent, c'est pour en connaître davantage sur nos services qu'elles passent par ce média. C'est un bon médium pour établir un premier contact pour ensuite leur parler au téléphone, ce qui est plus chaleureux et convivial.

Notre groupe privé pour nos accompagnantes, est un excellent espace d'échange entre elles au quotidien qui leur permet de rester en contact et de se connaître davantage. Elles s'y posent des questions, partagent des réflexions, se soutiennent. On y retrouve l'esprit de groupe, le sentiment d'appartenance, etc. C'est vraiment très riche en soutien.

## *Formation de base « Devenir accompagnante à la naissance »*



Le Collectif offre, depuis sa fondation, une formation pour devenir accompagnante à la naissance. Cette formation, d'une durée de 42 heures, est animée sur deux fins de semaine de 3 jours. Elle est offerte à tous, peu importe leurs objectifs et leur provenance.

Des 28 personnes, qui ont participé à cette formation :

- Plusieurs étaient des professionnelles (ostéopathe, chiropraticienne, massothérapeute, naturopathe, acuponcteur, etc.) qui souhaitaient avoir une meilleure connaissance de la physiologie de l'accouchement et être mieux outillées pour orienter leurs clientes.
- Certaines habitent dans d'autres régions de la province (St-Jean-Port-Joli, Rivière-du-Loup, Montmagny, Lac-Saint-Jean, Bas du fleuve) et souhaitent offrir ce service dans leur région
- Certaines ne savent pas au départ si elles souhaitent joindre le Collectif ou offrir ce service de manière autonome alors que d'autres ont déjà une idée bien précise.

Après leur formation, celles qui souhaitent se joindre au Collectif doivent faire parvenir un formulaire d'adhésion portant sur leurs motivations et leurs expériences. Ensuite, elles sont rencontrées en entrevue afin de déterminer si elles sont en mesure de joindre notre groupe d'accompagnantes.

Par la suite, nous poursuivons leur formation de manière plus concrète par des observations, en assistant aux rencontres pré, per et postnatal avec une accompagnante d'expérience, avec des accompagnantes différentes. Puis, elles prennent la responsabilité d'un accompagnement sous la supervision d'une accompagnante d'expérience. Et ce, jusqu'à ce qu'on les sente prêtes à voler de leurs propres ailes.

Grâce aux rencontres mensuelles et au groupe Facebook privée, elles créent des liens entre elles et continuent de se soutenir mutuellement.

### *Avril et mai 2016 :*

Il y a eu 5 participantes dans ce groupe. Parmi elles : Léonie Genest, Marie Salindre, Dominique Blouin et Mélanie Sozio-Bouchard sont aujourd'hui devenues accompagnantes au Collectif.

### *Octobre 2016*

Il y a eu 7 participantes dans ce groupe. Suite à cette formation, Geneviève Courchesne, Marie-Hélène Gilbert, Véronique Bergeron et Vicky Larouche deviennent accompagnantes au Collectif.

### *Novembre et décembre 2016*

Il y a eu 3 participantes dans ce groupe. De ce groupe, Émilie Simard est devenue accompagnantes au Collectif.

### *Février 2017*

Il y a eu 6 participantes dans ce groupe. Parmi elles : Morwenna Tosser, Julie Harlé, Valérie Giard et Marielle Nelly M'Banga sont devenues accompagnantes au Collectif.

### *Mars et avril 2017*

Il y a eu 7 participantes dans ce groupe et 5 femmes nous ont fait parvenir leur formulaire de demande d'adhésion. Elles seront rencontrées en entrevues en 2017-2018.

Comme il est mentionné plus haut, nous avons eu la chance d'intégrer 13 nouvelles accompagnantes au sein du Collectif (en excluant l'étudiante sage-femme salariée pour l'été). C'est un peu plus du double de l'année précédente.

Nous avons aussi vu revenir, avec grand bonheur, dans notre groupe deux accompagnantes d'expériences : Marie-Josée Huot et Laure Juvet-Pierrot.

### *Formation de base à Yellowknife*

Cette année, en février 2017, nous avons eu une demande de la fédération franco-ténoise pour donner une formation de base pour devenir accompagnantes à la naissance, en français, à Yellowknife, afin de pouvoir offrir un meilleur soutien aux femmes francophones de cette ville.

Audrey Fournier, la coordonnatrice TNO santé, notre conseil administratif et notre coordonnatrice se sont entendus pour un contrat répondant aux attentes et disponibilités de chacun.

Mylène Boulette s'est envolée, pour représenter le Collectif et animer une première partie de la formation les 17, 18 et 19 mars 2017 à Yellowknife. Il a été entendu avec l'équipe de Yellowknife que la seconde partie serait offerte en mai 2017 et qu'un groupe Facebook privé permettrait par la suite de garder contact entre les accompagnantes franco-ténoises et le Collectif.

Lors de la première partie, 8 participantes étaient présentes. La formatrice a été accueillie avec chaleur et la formation fut des plus agréables. La page Facebook a été ouverte dès le weekend même et les participantes l'utilisent déjà pour partager leurs apprentissages et leur passion de la périnatalité. Il est évident pour elles que les besoins d'avoir des accompagnantes francophones résonnent pour toute la communauté, dans une province où le milieu hospitalier est la seule option pour accoucher et où le fonctionnement et le personnel sont anglophones. Elles attendent avec fébrilité la suite de la formation.



# *Vie associative et démocratique*

---

## *Bénévolat au sein du Collectif*

Selon nos règlements généraux, il existe plusieurs types de membres :

- Membres-accompagnantes actives ou mentors;
- Membres de soutien
- Membres honoraires

Le Collectif Les Accompagnantes existe presque exclusivement grâce au bénévolat. Les seuls salariés réguliers sont la coordonnatrice générale pour 35 heures par semaine et la responsable des bénévoles pour 25 heures par semaine.

C'est pourquoi il est essentiel pour nous de souligner l'importance de l'action bénévole. En avril a toujours lieu la semaine de l'action bénévole. Alors en avril 2016, notre réunion mensuelle a été remplacée par une sortie au théâtre. Nous avons offert à nos bénévoles une entrée pour la pièce *Venir au monde* au théâtre le Trident. Nous leur avons aussi remis un certificat de reconnaissance de leur bénévolat et un aimant que nous nous étions procuré au Centre d'action bénévole. Nous souhaitons poursuivre cette reconnaissance à chaque réunion mensuelle d'avril pour les années à venir.

Il ne faut pas oublier les conjoints, familles, parents et amis de nos bénévoles, particulièrement celles qui ont des enfants, sans qui elles ne pourraient être aussi disponibles pour accompagner les parents, surtout lors de l'accouchement. Nos bénévoles et leurs réseaux doivent prévoir des plans A, B, C et D, car elles ne savent jamais quand l'accouchement aura lieu ni combien de temps l'enfant prendra à naître. Merci à vos enfants, conjoints, familles et amis de permettre aux parents de vous avoir à leur côté pour ce moment si important.

### *Membres accompagnantes actives ou mentors :*

En mai 2016 :

- 13 accompagnantes se sont engagées à faire des accompagnements ;
- 3 accompagnantes se sont engagées à faire du mentorat ;
- 6 accompagnantes actives n'ont pas renouvelé.

En cours d'année :

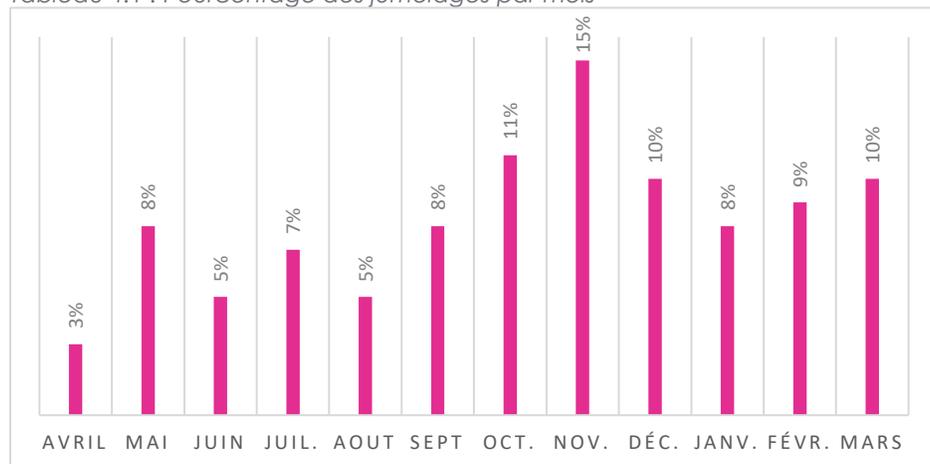
- 1 accompagnante-mentor a quitté *Le Collectif* ;
- 3 accompagnantes actives ont quitté *Le Collectif* ;
- 15 nouvelles accompagnantes se sont jointes au Collectif ;
- 2 anciennes accompagnantes du Collectif sont revenues dans le groupe.

Nous avons débuté l'année avec 13 accompagnantes actives et nous terminons l'année avec 33 accompagnantes.

Les accompagnantes d'expérience ont travaillé fort cette année pour répondre à la demande de notre clientèle et pour former les nouvelles arrivées!

Le peu d'accompagnantes en début d'année, explique le nombre d'accompagnements que nous avons été en mesure de compléter cette année. Nous pouvons déjà observer un plus grand nombre des jumelages pour les accompagnements qui se termineront en début de l'année suivante. Les nouvelles accompagnantes qui joignent le Collectif ont de plus en plus de facilité à compléter leur formation (observation et supervision) puisque nous sommes mieux organisées pour finaliser leur formation. Et aussi parce que les parents acceptent la présence d'une accompagnante en formation. Le nombre d'accompagnantes actives en forte augmentation nous permet de croire que l'augmentation des accompagnements suivra.

Tableau 4.1 : Pourcentage des jumelages par mois



### Membres de soutien

Au conseil d'administration, des sept membres :

- 5 membres sont des accompagnantes actives
- 1 membre est un parent-utilisateur
- 1 membre est représentante de la communauté

Une membre-accompagnante a quitté le c.a. en octobre afin d'occuper le poste de responsable des accompagnantes.

### Membres honoraires

Nous n'avons aucun membre honoraire même si nous recevons chaque année des dons par Centraide d'une ou de quelques personnes.

## *Implication bénévole des accompagnantes actives*

Les bénévoles-accompagnantes du *Collectif* sont des femmes de cœur, compréhensives et passionnées par la périnatalité. Elles s'engagent pleinement dans l'accompagnement de chaque femme/couple en y mettant beaucoup de leur temps et de leur énergie. Chacune s'engage à faire un minimum de 3 accompagnements par année (1 à 3 rencontres prénatales, la présence à l'accouchement et 1 à 3 rencontres postnatales). Leur implication et leur disponibilité, en heures, sont difficilement calculables. Le tableau présenté dans cette section détaille l'implication des accompagnantes selon leur présence, les communications rapportées ainsi que leur temps de préparation et de transport.

Il est important de souligner que lors de l'année 2015-2016 nous avons effectué une transition vers l'utilisation de nouveaux documents d'accompagnement. Ceci implique que nous avons reçu des formulaires de synthèse différents pour nos statistiques. Il y a eu des changements dans la manière de calculer nos statistiques. Nous incluons maintenant le temps de communications, de préparation et de transport dans les heures calculées. Ce changement explique en partie l'augmentation significative des heures par accompagnement. Mais il dresse un portrait plus réaliste.

Rappelons que nos bénévoles, dans leur grande générosité, ont tendance à minimiser les heures qu'elles comptabilisent. Il est donc possible d'affirmer que les chiffres rapportés ci-dessous représentent une sous-estimation des heures réelles de bénévolat. Qui plus est, les accompagnantes sont disponibles 24h/24h à partir de la 38<sup>e</sup> semaine de grossesse jusqu'à l'accouchement. Or, ces heures de disponibilité ne sont pas comptabilisées dans le tableau ici-bas.

Tableau 4.2 : L'accompagnement en heures de bénévolat

Accompagnement	2015-2016	Moyenne par accompagnement 2015-2016	2016-2017	Moyenne par accompagnement 2016-2017
Rencontres prénatales	550h	6.5h	425h	7h
Présence à l'accouchement	870h	13,5h	650h	12,5h
Rencontres postnatales	280h	3.5h	225h	4h
Total	<b>1700h</b>	<b>20</b>	<b>1300h</b>	<b>21</b>

Selon les données présentées dans le tableau 4.2, il est possible d'affirmer qu'un accompagnement moyen exige en moyenne 21 heures de bénévolat, soit 11 heures en rencontres pré et postnatales et autour de 12 heures de présence à l'accouchement.

Ces données, en plus des heures de disponibilité non comptabilisées, montrent bien toute la dévotion de nos accompagnantes bénévoles.

De plus, elles assistent aux réunions mensuelles entre septembre et juin, elles s'impliquent dans divers comités, elles participent aux journées de réflexion annuelles, à l'assemblée générale annuelle et soutiennent le « bureau » ponctuellement. Elles sont actives sur notre page Facebook privé afin de se soutenir mutuellement. Elles se contactent régulièrement par téléphone, par courriel, ou elles se rencontrent afin de s'offrir du soutien. Ces nombreuses heures sont évidemment impossibles à compiler.

# *Formation*

## *Formation des nouvelles bénévoles*

Comme nous l'avons mentionné précédemment, après avoir suivi la formation de base, celles qui souhaitent se joindre au Collectif, doivent faire parvenir un formulaire d'adhésion portant sur leurs motivations et leurs expériences.



Elles sont rencontrées lors d'une entrevue. La décision tient compte de la capacité de l'organisme à accueillir de nouvelles bénévoles et à les former, mais aussi de l'adhésion de la candidate aux valeurs fondamentales partagées par l'ensemble du groupe. Nous tenons compte aussi de ses disponibilités et de ce que nous percevons de la personnalité de la candidate afin de préserver la cohésion du groupe. Celles qui sont retenues doivent poursuivre leur formation.

Chaque nouvelle accompagnante rencontre la responsable des bénévoles. Celle-ci prend le temps de lui expliquer les étapes de son intégration dans le Collectif, et lui explique la vie associative.

Chacune doit poursuivre avec une formation pratique qui consiste en au moins une « observation » pendant laquelle elle accompagne une accompagnante d'expérience. Par la suite, si elle est prête, elle prend la responsabilité d'au moins un accompagnement sous la supervision d'une accompagnante d'expérience. Cette intégration peut se prolonger sur quelques mois. Sa durée dépend notamment de la disponibilité de l'accompagnante, mais aussi du nombre de parents qui acceptent d'accueillir, dans cette belle aventure qu'est la naissance de leur enfant, une accompagnante en formation.

## *Rencontres mensuelles des bénévoles accompagnantes et formation continue*

Les réunions mensuelles (RM) ont lieu une fois par mois, sauf en juillet pour les vacances. C'est un lieu d'échanges, de partage et de formation continue. En mai, la rencontre se traduit par les journées de réflexion et en juin, elle est remplacée par l'assemblée générale annuelle et en décembre par un souper de Noël.

### *Objectifs des rencontres mensuelles*

- Échanger sur les nombreux accompagnements ;
- Partager des renseignements utiles ;
- Discuter et réfléchir aux enjeux et aux décisions liés à la vie associative ;
- Présenter les demandes d'accompagnement ;
- Apporter un soutien entre accompagnantes ;
- Augmenter la cohésion du groupe ;
- Souligner des événements spéciaux (ex. : Semaine de reconnaissance des bénévoles) ;
- Participer à des activités de formation continue.

## Sujets marquants abordés lors des réunions de 2015-2016

- Avril, nous soulignons la semaine de l'action bénévole avec la présence de deux massothérapeutes sur chaises pour le plus grand plaisir de nos bénévoles;
- Mai, les journées de réflexions, un moment agréable où les activités de cohésion de groupe étaient à l'honneur;
- Juin, assemblée générale annuelle;
- Août, présentation de nos nouveaux locaux temporaires à l'Aide à la communauté;
- Septembre, nous avons fait l'expérimentation d'un exercice de détente par la respiration profonde rédigée par une de nos bénévoles. Cette activité sera utilisée lors des ateliers *J'ai mal à mon accouchement* ;
- Octobre a été la première réunion animée par Mylène notre nouvelle responsable des bénévoles. Sous l'ambiance des bougies d'Halloween, Chrystiane nous a présenté une vidéo tournée par RNR sur la violence obstétricale et l'empowerment des femmes;
- Novembre, formation aseptie pour celles qui ne l'avaient pas encore suivie, plusieurs partages chaleureux et quelques discussions autour du mandat de la nouvelle responsable des bénévoles;
- Décembre, party de Noël;
- Janvier, tempête;
- Février, de nouveaux projets bouillonnent en nos murs pour une journée porte ouverte pour la journée de la femme le 8 mars, des invitations au spectacle *Accoucher de rire* d'Émilie Ouellet, une formation de base à Yellowknife, un projet pour la santé des femmes autochtones en collaboration avec une étudiante sage-femme, JMAMA qui va commencer bientôt et plusieurs nouvelles bénévoles s'ajoutent au groupe.
- Mars, Présentation du Service de référence en périnatalité pour les femmes immigrantes de Québec qui sera lancé en avril prochain.

## Formation continue

En plus de la formation offerte lors des rencontres mensuelles, la coordonnatrice, la responsable des bénévoles, les membres du conseil d'administration et les bénévoles ont participé à diverses formations.

- Deux nouveaux membres du conseil d'administration ont suivi la formation de 6 soirées : *Leaders et décisionnelles* offerte par le YWCA;
- Une bénévole a suivi la formation d'une journée : *Portage pour les professionnelles en périnatalité* ;
- Deux bénévoles ainsi que la coordonnatrice ont assisté à une journée sur : *L'Histoire critique de l'accouchement* par Stéphanie St-Amant, PH D;
- La coordonnatrice ainsi que deux bénévoles ont assisté au Colloque d'une journée offerte par SAFERA au sujet du syndrome d'alcoolémie fœtal;
- La coordonnatrice a assisté à la journée Colloque du Centre d'action;
- Toute notre équipe d'accompagnantes a assisté à une formation de 2 heures sur l'asepsie. Un groupe d'entre elles l'ont suivi lors des journées de réflexion, le reste de l'équipe l'a suivie en novembre. Cette formation est maintenant intégrée à la formation de base pour devenir accompagnante;
- La coordonnatrice, la responsable des bénévoles et deux bénévoles ont assisté au spectacle *Accoucher de rire* de Émilie Ouellet;
- L'INSPQ a organisé 4 formations différentes d'une journée chacune sur l'allaitement maternel :  
2 bénévoles ont suivi la première  
2 bénévoles ont suivi la 1<sup>re</sup> et la 2<sup>e</sup>  
1 bénévole a suivi 1<sup>er</sup>, la 2<sup>e</sup> et la 4<sup>e</sup>

4 bénévoles ont suivi les 4;

- 6 bénévoles ont suivi un Webinaire d'une journée par INSPQ sur la préparation des rencontres prénatales;
- La coordonnatrice et une bénévole ont assisté par vidéoconférence à une conférence participative d'une journée sur la sexualité et la périnatalité.

## *Journées de réflexion*



Les journées de réflexion ont eu lieu en mai 2016, à Stoneham dans un chalet loué par le Collectif. Ces journées nous offrent une opportunité de convivialité et de partage puisque nous passons beaucoup de temps ensemble, dans un cadre différent de celui où nous travaillons habituellement. Les accompagnantes sont invitées du vendredi au samedi pour un 24 heures de vie associative intensif. Lors de cet événement, une majorité d'accompagnantes ont participé au moins à une journée et la moitié était présente pendant les deux jours.

Les objectifs de ces journées sont :

- Faire un bilan de l'année qui vient de se terminer et proposer des nouvelles idées ou manières de faire afin de mieux répondre à la clientèle ;
- Prendre le temps de nous arrêter sur certains sujets de fond liés à l'accompagnement ;
- Créer et maintenir l'esprit d'équipe ;
- Offrir de la formation continue.

Lors de la rencontre de mai 2016, nous avons traité des sujets suivants :

- Discussions sur l'importance de la cohésion de groupe;
- Échange et discussions sur l'accueil et l'intégration de nouvelles bénévoles, nous avons besoin de plus de bénévoles pour répondre aux demandes d'accompagnements;
- Une formation préparée et présentée par Jessie, une de nos bénévoles aussi étudiante sage-femme de 3<sup>e</sup> année sur *L'importance de l'asepsie et précautions universelles* qui fera maintenant partie de notre formation de base;
- Une formation aussi préparée et présentée par Jessie sur la mobilisation de la femme en travail.

# Administration

## *Conseil d'administration*

Lors de l'assemblée générale du 15 juin 2016, 4 postes se poursuivaient, un poste a été renouvelé et deux nouvelles bénévoles accompagnantes se sont jointes à l'équipe.

C'est donc 7 membres qui ont veillé au bon fonctionnement de l'organisme toute l'année :

- Un parent-utilisateur
- Un membre de la communauté
- 5 bénévoles-accompagnantes

En octobre 2016, la présidente a quitté son siège au conseil d'administration, puisqu'elle a obtenu le poste de responsable des bénévoles au sein de l'organisme. La vice-présidente est alors devenue présidente et une administratrice a accepté le poste de vice-présidente. Le poste est demeuré vacant pour la suite de l'année financière.

Le conseil d'administration s'est réuni pour 10 réunions régulières, une rencontre extraordinaire et un processus décisionnel par courriel. Ils ont échangé plus de 200 courriels en plus d'avoir échangé sur un groupe privé de Messenger. La coordonnatrice a toujours été présente sauf en janvier et février 2017.

Leurs préoccupations principales cette année ont été :

- Aménager dans des nouveaux locaux pendant les rénovations du YWCA qui durera environ 18 mois;
- Assurer le suivi des services pendant et après le déménagement;
- Maintenir la santé financière de l'organisme tout en gardant un fond de sécurité;
- S'assurer que l'organisme offre une documentation et des services à jour;
- Démarrer le service *J'ai mal à mon accouchement*;
- Revoir le système de jumelage afin de mieux répondre aux demandes grandissantes d'accompagnement;
- Revoir le système de recrutement et de formation des nouvelles accompagnantes;
- Embaucher une nouvelle responsable des bénévoles qui saura augmenter significativement le nombre de bénévoles accompagnantes, les former adéquatement et plus rapidement afin qu'on puisse cesser de refuser des accompagnements faute d'accompagnantes disponibles;
- Trouver les fonds nécessaires au démarrage en 2017-2018, d'un service visant à mieux répondre aux besoins périnataux des familles nouvellement immigrantes à Québec.

Encore cette année, j'ai eu le plaisir de travailler avec une équipe dévouée qui a à cœur le bon fonctionnement de notre bel organisme et le maintien des valeurs et la richesse de notre Collectif.

## Gestion financière



Nous avons reçu un financement de 1 11 874 \$ du programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) cette année, une indexation de 1,2%



Encore cette année, le club Rotary de L'Ancienne-Lorette, grâce aux revenus du Télébingo Rotary, nous a offert un soutien financier. Selon nos états financiers, c'est 4 000 \$ que nous avons reçu, en réalité c'est 7 000 \$ puisqu'un dernier chèque de 3 000 \$ a été émis en date du 1<sup>er</sup> avril. Le soutien du Télébingo nous permet de développer de nouveaux projets.



La fondation Saison Nouvelle nous a offert 6 000 \$ pour le développement de notre nouveau service de référence en périnatalité pour les femmes immigrantes de Québec. Ce montant est actuellement réservé puisque le projet démarre en avril 2017.

Le déménagement de notre organisme a été une grande préoccupation logistique et financière. Il nous fallait trouver des locaux nous permettant d'offrir nos services sans trop augmenter le coût de location. Nous sommes donc déménagées à Loretteville, dans la Maison Communautaire Henri-Bergeron, propriété de L'Aide à la communauté. Nous sommes conscientes que la situation géographique est moins centralisée et que le transport en commun n'est pas facile dans ce secteur et d'ailleurs nous avons constaté l'impact dans la participation de certains services.

Les dons des parents pour le service d'accompagnement sont une source importante de revenu pour nous. Pour la clientèle bénéficiaire du programme OLO\*, tous nos services sont gratuits. Depuis plusieurs années, leur pourcentage a sérieusement grimpé allant jusqu'à 42 % l'an dernier. Cette année, nous avons connu une légère baisse, c'est donc 39 % des familles ayant bénéficié d'un service d'accompagnement gratuit. Pour les autres familles, l'entente de don est de 0,05 % du revenu familial brut. Pour certaines familles (avec plusieurs enfants, à petits revenus, etc.), il nous arrive d'ajuster l'entente selon leur capacité de payer. Alors malgré la légère diminution du nombre d'accompagnements complétés cette année, nous avons obtenu 1 000 \$ de plus que l'an dernier. Ce qui est rassurant pour nous puisque depuis quelques années, le total des dons des parents avait grandement diminué (en 2017 66 % de ce que nous avons reçu en 2015)

La bonne gestion et le soutien de nos partenaires nous auront permis de poursuivre notre mission, de l'améliorer et de la développer tout en conservant une excellente santé financière.

Merci à tous nos généreux donateurs ! Merci à tous les parents qui nous soutiennent par leurs dons généreux ! Merci au conseil d'administration pour votre bonne gestion!

\*[www.fondationolo.ca](http://www.fondationolo.ca) : soutien alimentaire du CLSC pour les femmes enceintes à faible revenu

## *Personnel rémunéré*

Notre Collectif fonctionne presque exclusivement grâce au bénévolat. Le service d'accompagnement à la naissance exige des milliers d'heures de bénévolat. Ce service est l'essence même de notre organisme et c'est par lui que nos valeurs sont principalement véhiculées.

Les seules personnes salariées sont :

- La coordonnatrice générale pour 35 heures par semaine;
- La responsable des bénévoles pour 25 heures par semaine.

En octobre 2016, nous avons embauché une nouvelle responsable des bénévoles. Celle-ci a eu comme mandat principal d'augmenter considérablement le nombre de bénévoles actives, de s'assurer que les nouvelles bénévoles seront formées plus rapidement et adéquatement et de revoir le système de jumelage avec les familles afin de cesser de devoir refuser des demandes d'accompagnement.

Nous pouvons affirmer qu'elle a déjà rempli son mandat puisqu'au 31 mars, nous avons autant d'accompagnantes en fin de formation que d'accompagnantes d'expériences. De plus, le nombre d'accompagnements que nous avons dû refuser faute d'accompagnantes a considérablement diminué comme décrit précédemment.

Certaines accompagnantes reçoivent un salaire ponctuel pour d'autres tâches que l'accompagnement qui est offert bénévolement :

- Une étudiante sage-femme a été embauchée à l'été 2016 pendant 10 semaines à raison de 30 heures par semaine. Parmi ses principaux mandats : aide au déménagement, faire les accompagnements d'été lorsque plusieurs bénévoles-accompagnantes sont en vacances, soutenir les accompagnantes dans la mise à jour des documents, répondre aux demandes téléphoniques, par courriel et sur la page Facebook pendant les vacances de la responsable des bénévoles et de la coordonnatrice.
- Plusieurs accompagnantes ont travaillé à la mise à jour du document remis aux parents lors des ateliers intensifs de préparation à la naissance.
- Plusieurs accompagnantes ont animé les ateliers intensifs de préparation à la naissance et la formation pour devenir accompagnante à la naissance.
- Plusieurs accompagnantes ont participé à l'évaluation et la restructuration du nouveau groupe *J'ai mal à mon accouchement*.

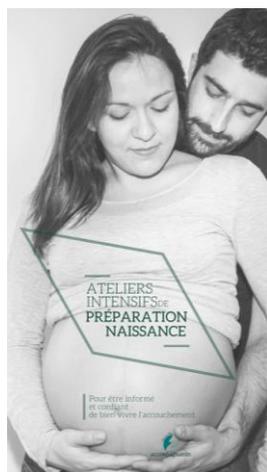
Merci à toutes ces femmes impliquées et passionnées grâce à qui notre beau collectif continue d'aller de l'avant tout en conservant son essence et ses valeurs.

## Promotion de l'organisme

Les réseaux sociaux sont aujourd'hui des incontournables pour rejoindre notre clientèle. Notre page Facebook est très active et nous sommes passés à 875 personnes qui la suivent. C'est 200 de plus que l'an dernier! Notre site web est aussi très consulté.

À l'été 2016, avec notre étudiante sage-femme, nous avons refait nos cartons pour la promotion des *Ateliers intensifs de préparation à la naissance* et pour le groupe *J'ai mal à mon accouchement*.

### Ateliers intensifs de préparation à la naissance



#### ATELIERS INTENSIFS DE PRÉPARATION À LA NAISSANCE

Nos ateliers de groupe ont pour but de préparer la femme et le couple à connaître différentes méthodes de soulagement de la douleur, des positions qui favorisent la descente et le passage du bébé, les droits des femmes lors de l'accouchement, et à se préparer à vivre une belle expérience lors de la naissance d'une nouvelle famille.

#### THÈMES ABORDÉS

- La physiologie du travail et de l'accouchement (signes avant-coureurs, phases du travail)
- La douleur, les mesures de soulagement (relaxation, respiration, positions, etc)
- Le plan de naissance
- Les interventions médicales (bénéfices et limites)

#### PROGRAMMATION

2 samedis par mois de 9h à 16h

#### COÛT

95\$ / couple  
50\$ / monoparentale  
OLO / Gratuit

418.688.6039  
www.accompagnantes.qc.ca  
facebook.com/ACCOMPAGNANTES



### J'ai mal à mon accouchement



#### GRUPE DE SOUTIEN

Malgré la guérison physique et le temps qui passe, plusieurs femmes demeurent troublées par le souvenir de l'accouchement. Que ce soit parce qu'elles ont vécu une expérience décevante, difficile, une césarienne, des traumatismes ou de la violence obstétricale, Elles se retrouvent souvent seules avec leurs émotions, déceptions et peurs.

Ce groupe, animé par des accompagnantes à la naissance d'expérience, permet à ces femmes de se raconter, d'être accueillies sans jugement et, nous l'espérons, de faire la paix avec leur histoire.

#### PROGRAMMATION

Série de 6 rencontres aux deux semaines

Inscription obligatoire

Programmation disponible sur le site web

418.688.6039  
www.accompagnantes.qc.ca  
facebook.com/ACCOMPAGNANTES



C'est plus de 1000 cartons qui ont été distribués dans les CLSC et organismes de la région, en plus des 1000 dépliants qui présentent tous nos services. Les intervenants semblent apprécier de pouvoir distribuer tous nos dépliants ou un seul d'entre eux selon les besoins spécifiques des femmes.

À l'hiver 2017, nous avons aussi refait de nouvelles affiches pour la promotion de ces deux mêmes activités. Une dizaine ont été distribuées.

Avec l'équipe de CKIA FM, nous avons fait la promotion du service *J'ai mal à mon accouchement* par une publicité qui a été diffusée à plus de 25 reprises en novembre et décembre 2016. De plus, en janvier 2017, nous avons assisté à l'émission *Mes amies de filles*, pendant laquelle nous avons bénéficié de trois blocs de 8 minutes pour parler de nos services.

Comme chaque année, nous avons collaboré et échangé avec plusieurs organismes de la région qui œuvrent de près ou de loin autour de la périnatalité.

Comme nous souhaitons démarrer un *Service de référence en périnatalité pour les femmes immigrantes de Québec*, nous avons rencontré plusieurs intervenants du CIUSSS, du Saint Brigid' et de plusieurs organismes œuvrant auprès de la clientèle immigrante afin de cerner les besoins de cette clientèle pendant la période périnatale et aussi pour trouver du financement. Ces rencontres ont permis non seulement de bien définir ce projet, mais aussi de faire connaître notre organisme et nos services parmi des gens qui ne le connaissaient pas ou peu.

## Formations offertes

- Discussion de 2h sur la notion de consentement en périnatalité avec un groupe d'étudiants du 2<sup>e</sup> cycle par la coordonnatrice avec une bénévole dans le cadre de son travail de session;
- Comme nous l'avons mentionné précédemment, trois étudiantes en médecine ont choisi de faire leur stage en milieu communautaire, ce stage consistait à une rencontre d'une à deux heures au sujet de l'organisme, son histoire, ses services, sa mission et ses valeurs. Par la suite, elles ont assisté aux 2 jours des ateliers intensifs de préparation à la naissance;
- Chaque été, une étudiante sage-femme de 2<sup>e</sup> année travaille avec nous. Celle-ci a suivi la formation de base en mai ainsi que les ateliers de préparation à la naissance;
- Formation de base à un groupe de femmes francophone de Yellowknife.

## Priorités pour 2017 - 2018

- Comme la ville de Québec accueille de plus en plus de familles immigrantes, nous constatons que ces familles connaissent mal tous les services existants en périnatalité. C'est pourquoi, dès le mois d'avril 2017, nous avons démarré un *Service de référence en périnatalité pour les femmes immigrantes de Québec* ;
- Afin de ne plus avoir à refuser des accompagnements, nous allons augmenter considérablement le nombre d'accompagnantes actives;
- Avec l'arrivée de plusieurs nouvelles accompagnantes, il sera important de maintenir la cohésion, l'esprit d'équipe et nos valeurs malgré l'augmentation rapide de notre groupe d'accompagnantes;
- Comme les travaux de la YWCA vont bon train, nous pensons pouvoir réaménager dans nos nouveaux locaux de la YWCA;
- Avec notre retour dans un secteur plus central de Québec et plus accessible par les transports en commun, nous souhaitons augmenter le nombre de participants à nos ateliers intensifs. Nous allons augmenter la promotion dans les réseaux sociaux;
- Poursuivre la promotion du groupe *J'ai mal à mon accouchement*;
- Augmenter la distribution de nos publications et cartons promotionnels et rencontrer les équipes périnatales du réseau de la santé et communautaires;
- Nous souhaitons terminer la rédaction d'un document d'information très complet à propos des sujets que nous enseignons lors des ateliers intensifs de préparation à la naissance, que nous pourrions vendre à un prix convenable à ceux qui désirent davantage d'information;
- Maintenir la santé financière.

