



# Rapport d'activités

**2018 - 2019**

Collectif Les  
Accompagnantes



[www.facebook.com  
/ACCOMPAGNANTES/](https://www.facebook.com/ACCOMPAGNANTES/)



[www.accompagnantes.qc.ca](http://www.accompagnantes.qc.ca)



# Collectif

# Les Accompagnantes

## Rapport annuel

## 2018-2019

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, l'autre parent a une place prépondérante ainsi que tous les conjoints ou conjointes. Nous utilisons 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 », sachez que malgré ces « restrictions » grammaticales, notre organisme se veut inclusif et ouvert.*



<b>Présentation .....</b>	<b>5</b>
Mot de la présidente .....	5
<b>Présentation de l'organisme .....</b>	<b>7</b>
Notre mission.....	7
Nos valeurs.....	8
Notre philosophie d'intervention.....	9
<b>Nos services .....</b>	<b>10</b>
Ligne d'écoute téléphonique.....	10
L'accompagnement.....	11
Données et statistiques relatives au service d'accompagnement .....	12
Accompagnements complétés .....	12
Partenariats pour l'accompagnement de femmes en période de vulnérabilité.....	13
Annulations .....	14
Profil des personnes accompagnées.....	15
Statut conjugal .....	15
Nombre de grossesses des femmes .....	15
Âge des femmes .....	16
Secteur d'habitation des familles .....	16
Choix du lieu d'accouchement.....	17
Familles immigrantes.....	18
L'implication de l'accompagnante auprès des familles .....	20
L'accompagnante en prénatal .....	20
L'ACCOMPAGNANTE lors de LA NAISSANCE.....	20
L'accompagnante en postnatal.....	22
Impact de la présence d'une accompagnante sur les interventions .....	22
Allaitement.....	25
Accompagnement d'enfants .....	26
Entente de don.....	27
Ateliers intensifs de préparation à la naissance .....	29
Animatrices .....	29
Données et statistiques relatives aux ateliers intensifs.....	29
Évaluations des parents .....	30
Cours particuliers de préparation à la naissance .....	31
Évaluations des parents .....	32

Groupe de soutien « J'ai mal à mon accouchement » .....	32
Formation « devenir accompagnante à la naissance » .....	33
Réseaux sociaux .....	35
Site web.....	35
Page Facebook.....	35
<b>Vie associative et démocratique.....</b>	<b>36</b>
Statut des membres de l'organisme.....	36
Membres accompagnantes (actives ou mentors) .....	36
Implication bénévole des accompagnantes actives .....	37
Membres de soutien .....	38
Stagiaires.....	38
Formation continue.....	39
Intégration des nouvelles bénévoles .....	39
Rencontres mensuelles des bénévoles accompagnantes .....	40
Sujets marquants abordés lors des rencontres mensuelles de 2018-2019.....	40
Formations particulières au cours de l'année 2018-2019 .....	41
Collaborations .....	42
Journées de réflexion.....	43
<b>Administration.....</b>	<b>44</b>
Conseil d'administration .....	44
Gestion financière .....	45
Entente de don et gratuité des services.....	46
Personnel rémunéré .....	46
<b>Priorités pour 2019 - 2020.....</b>	<b>47</b>

### MOT DE LA PRÉSIDENTE

Le Collectif Les Accompagnantes en 2018-2019 : la récolte des fruits de nos efforts, une belle cohésion et des réflexions sur notre essence.

C'est un beau constat de réaliser que notre Collectif est fort. Cette force puise ses racines dans son personnel, son CA, mais surtout au sein de ses accompagnantes qui font un superbe travail sur le terrain.

Le travail de Chrystiane et Mylène est palpable. La santé financière jumelée aux services si achalandés nous forcent à réfléchir à notre expansion. Un beau problème! Les ateliers intensifs de préparation à la naissance et les formations de base sont souvent à leur limite de capacité. Les demandes d'accompagnement atteignent un nombre record. Des rencontres pour les papas sont prêts à voir le jour en continuité les ateliers JMAMA, un premier accompagnement a eu lieu en milieu carcéral via le projet Doula en prison et nous avons eu dans notre enceinte quelques formations d'intervenants en périnatalité invités. Tout cela est issu du travail exceptionnel à l'interne, se fait ressentir et profite à la santé de nos activités. Merci, Chrystiane et Mylène pour votre engagement. Nous savons que vous avez à cœur le bien-être du Collectif et qu'il vous suit bien au-delà de votre présence aux bureaux.

Le rayonnement de notre Collectif se fait sentir dans plusieurs milieux : en maison de naissance, en milieu hospitalier, bien évidemment auprès des familles, mais aussi nouvellement cette année dans le milieu des accompagnantes de la région de Québec. Notre réputation et notre expertise s'étendent donc de plus en plus, et trouvent leur source dans le travail, la passion et le cœur des accompagnantes. Cette année, une solidarité s'est particulièrement fait sentir au sein des accompagnantes par l'entraide sur le plan des relèves pour répondre aux besoins des familles, mais aussi dans le partage des connaissances, des expériences positives comme celles plus difficiles de chacune. Comme quoi les accompagnantes s'accompagnent aussi entre elles et y puisent leur force. Merci à toutes pour votre disponibilité et votre générosité envers les familles, entre vous et envers le Collectif. J'en profite pour souhaiter la bienvenue aux nombreuses nouvelles accompagnantes dans notre/votre Collectif, j'espère que vous vous y nourrirez comme vous nous ferez partager de votre richesse.

Un peu en arrière-plan, le CA n'en a pas moins été inactif. Avec un vent de nouveauté insufflé par plusieurs nouveaux membres, le CA s'est responsabilisé davantage cette année et il s'est investi dans plusieurs réflexions, non seulement dans les projets actuels du Collectif, mais en entamant une démarche de structuration des ressources humaines. Cette démarche, soutenue par des consultants externes, permettra au Collectif de se réfléchir davantage ainsi que de se doter d'outils et d'une structure qui nous permettra d'aborder l'expansion et l'achalandage que nous connaissons en plus de soutenir le personnel. Merci aux membres du CA, pour votre engagement et votre dynamisme. Un merci tout spécial à Émilie Rivard et Jessie Lapointe qui ont fait le choix, que nous savons difficile pour elles, de quitter le CA.

À chaque fois que je songe au Collectif, je ressens le privilège et la fierté de faire partie de ce groupe de personnes, qui non seulement ont une passion pour la périnatalité, mais qui ont un souci de générosité et de mieux vivre ensemble. Nous pouvons être fières de ce que nous accomplissons collectivement pour la communauté. Le résultat de notre engagement est plus grand que la simple addition de ce que nous accomplissons individuellement et c'est extraordinaire.

Je vous remercie, chères accompagnantes ainsi que vos familles, les formatrices et les animatrices, les membres du CA et le personnel, pour votre cœur, votre générosité, votre implication et pour le beau travail accompli.

Dominique Blouin  
Présidente du conseil d'administration

## PRÉSENTATION DE L'ORGANISME

Le Collectif Les Accompagnantes célébrera cette année ses 35 ans de présence et d'accompagnement des familles de la belle ville de Québec.

Au fil de ces années, nous avons su nous adapter à divers courants et changements dans notre communauté.

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.



## NOTRE MISSION

Le Collectif Les Accompagnantes a pour mission d'humaniser la naissance, c'est-à-dire de replacer la femme qui donne naissance et son entourage au centre des préoccupations et d'accorder préséance à leurs opinions quant aux décisions qui doivent être prises. Le désir de faire de l'enfantement 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 aux familles d'exprimer leurs besoins et de s'outiller pour les satisfaire durant la période périnatale : grossesse, accouchement, soutien après la naissance de l'enfant et ce, jusqu'à six et parfois huit semaines postnatales.

L'accompagnante leur permettra de partager leurs désirs, leurs souhaits ainsi que leurs peurs et leurs limites. Elle les informera sur les possibilités, leur permettra de comprendre les interventions qu'on pourrait leur offrir selon le lieu d'accouchement, des raisons, avantages et inconvénients de celles-ci, afin qu'ils puissent faire des choix éclairés. Elle 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 activement la naissance de leur enfant plutôt que de la subir.

Les familles développeront une relation de confiance, avec une accompagnante qui respecte leurs choix et leurs valeurs. Celle-ci devient une intermédiaire précieuse qui permet aux femmes de comprendre ce qu'elles vivent pendant l'accouchement et ainsi faire des choix éclairés.

Pour les femmes et les couples vivant une grossesse 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.

Pour les femmes monoparentales, les adolescentes ou les nouvelles immigrantes dont le conjoint est parfois dans leur pays d'origine ou doit rester à la maison avec les autres enfants, l'accompagnante devient une présence, un soutien et un lien privilégié pendant l'enfantement. 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.

En somme, peu importe le statut, le niveau socio-économique, la scolarité, le réseau, les origines, l'orientation sexuelle, l'état de santé de la femme enceinte ou le lieu d'accouchement (hôpital, maison de naissance ou domicile), la présence de l'accompagnante permet à la femme de se préparer à la mise au monde de son enfant, 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 naître. La présence d'une accompagnante aide aussi à comprendre ce qui se passe, à démystifier pendant toutes les étapes du travail et à faire des choix éclairés.

La grossesse est 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;
- À accepter leur propre rythme;
- À apprivoiser cette danse entre l'enfant à naître et leur corps;
- À découvrir leur plein potentiel;
- À accueillir un nouvel enfant;
- À développer de nouvelles habiletés parentales;
- 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 en leurs choix et à découvrir l'importance d'être lié à leur enfant avant même sa naissance.

Le respect est la valeur de base de notre approche

- Respecter l'autre dans son unicité, ses croyances, ses choix, ses forces et ses limites;
- Respecter la relation et l'intimité du couple, savoir prendre la bonne place auprès d'eux;
- Respecter les forces et les limites de notre mandat auprès des familles;
- Se respecter soi-même en étant conscient de ses limites et de ses compétences.

## NOTRE PHILOSOPHIE D'INTERVENTION



**Les accompagnantes gardent toujours à l'esprit que les femmes ne se font pas accoucher, mais qu'elles ont en elles tout ce qu'il faut pour mettre au monde leur enfant.**

**Chaque femme qui devient mère est unique. Elle a ses propres compétences, ses propres fragilités, elle porte en elle sa propre histoire, elle a des droits et son expérience est un événement unique et normal.**

Quant aux accompagnantes, ce sont des femmes issues de leur communauté qui s'impliquent bénévolement auprès des familles. En tant qu'individu et citoyenne, elles ont des droits, mais également des devoirs. Elles ont le devoir de s'adapter, car elles œuvrent dans le domaine de la périnatalité, au sein d'une communauté en évolution auprès d'individus tous différents les uns des autres. Chaque accompagnante porte ses compétences personnelles d'aidante naturelle, d'agente de changement et de professionnelle. Ses rôles, ses responsabilités et ses devoirs s'articulent autour de ces réalités. Elle doit être disponible, responsable, honnête et créative.

Elle s'engage à agir uniquement à titre d'accompagnante lorsqu'elle travaille auprès des familles. Elle doit s'assurer qu'en tout temps elle respecte les limites de son rôle et elle ne doit pas poser de gestes médicaux. À cet effet, elle est parfois appelée à vulgariser, expliquer et aider la femme qui enfante à mieux comprendre et à faire des choix éclairés pour son bien-être, sa santé ainsi que pour son enfant à naître.

Le Collectif Les Accompagnantes est un organisme communautaire à but non lucratif, qui offre une présence continue et personnalisée pendant la grossesse, l'accouchement et dans les quelques semaines suivant la naissance. Nos activités sont de nature préventive et éducative. Le Collectif permet l'atteinte de plusieurs objectifs mis de l'avant par la Politique de périnatalité 2008-2018 du ministère de la Santé et des Services Sociaux.

### 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 nécessairement utiliser l'un de nos services, plusieurs femmes et quelques hommes nous contactent pour obtenir du soutien et de l'information autour de leur grossesse et de la naissance 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 d'autres organismes, de nos partenaires et de divers intervenants qui gravitent autour de la périnatalité. Dans la plupart des cas, ces appels ont pour but d'obtenir de l'information à propos de nos services, 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 année.**

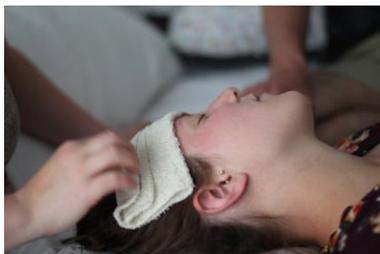
Il ne faut pas oublier les centaines de conversations téléphoniques et de messages texte que nos accompagnantes échangent avec les familles qu'elles accompagnent.

*« Lorsque j'ai logé mon premier appel au Collectif les Accompagnantes, j'ai immédiatement été touchée par la sensibilité de mon interlocutrice. Cette dernière me rassura que considérant ma situation délicate, malgré mon stade de grossesse avancé, tout serait mis en œuvre afin de mettre à ma disposition une accompagnante en vue du moment fatidique!*

*Bravant la tempête, en pleine nuit, elle-même enceinte de son premier enfant, mon accompagnante s'est rendue chez moi pour me permettre de réaliser mon rêve, celui de mettre au monde mon petit bébé chez moi, auprès de mes enfants pour l'accueillir. »*

Noémi

## L'ACCOMPAGNEMENT



Le service d'accompagnement, est un soutien non médical, il vise à démystifier l'accouchement et répondre objectivement aux questions et aux préoccupations afin de permettre à la femme et au couple d'avoir confiance en leur capacité de mettre au monde leur enfant. Nous souhaitons ainsi leur permettre de faire des choix éclairés, de se sentir pleinement impliqués et compétents dès les débuts de cette aventure qu'est la parentalité. Grâce au jumelage avec une accompagnante formée, la femme et le couple peuvent créer une relation de confiance

avec une personne qui sera présente avec eux lors de la naissance de leur enfant. L'accompagnante offre 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 la naissance, 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 la naissance;
- Soutenir et accompagner le conjoint dans son rôle de soutien;
- Faciliter l'acceptation des événements imprévus;
- Favoriser l'adaptation à la venue du nouveau bébé.

### 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 24h/24h pour l'accouchement;
- Des bénévoles respectueuses, dévouées et empathiques;
- Le respect des choix, des forces et limites de chacun/chacune.

### ACCOMPAGNEMENTS COMPLÉTÉS

En cette année 2018-2019, nous avons reçu 172 nouvelles demandes d'accompagnement.

De ces demandes, 48 seront traitées en 2019-2020 en raison de la date prévue d'accouchement qui fait en sorte que l'accompagnement se terminera après le 1<sup>er</sup> avril 2019. L'an passé, nous avons exactement le même nombre de demandes transférées à l'année suivante.

Ces 48 demandes dont l'inscription avait été faite en 2017-2018, mais qui ont été traitées cette année en raison de la date prévue d'accouchement, s'ajoutent donc au décompte.

Finalement, 34 demandes ont été annulées pour diverses raisons (voir Tableau 1.2).

**En cette belle année 2018-2019, nous avons donc complété 138 accompagnements.**

Il y a 2 ans nous avons complété 61 accompagnements, l'an passé nous en avons complété 96 et cette année 138. Poursuivant notre belle croissance, c'est **donc 42 accompagnements de plus qui ont été réalisés cette année par rapport à l'an dernier!**

Nous pourrions observer plus loin que l'augmentation du nombre d'accompagnantes aura permis de jumeler les demandes reçues et ainsi expliquer l'augmentation des demandes traitées cette année.

L'an passé, en 2017-2018, la très grande augmentation du nombre d'accompagnantes au Collectif avait permis de répondre à la demande. Nous pouvons constater que les évaluations positives et le bouche à oreilles, dans les milieux ainsi que dans les réseaux sociaux conduisent à une augmentation toujours grandissante des demandes d'accompagnement à la naissance. C'est pourquoi cette année, nous observons que malgré le plus grand nombre d'accompagnantes, le taux d'incapacité à jumeler reste semblable en comparaison aux années précédentes.

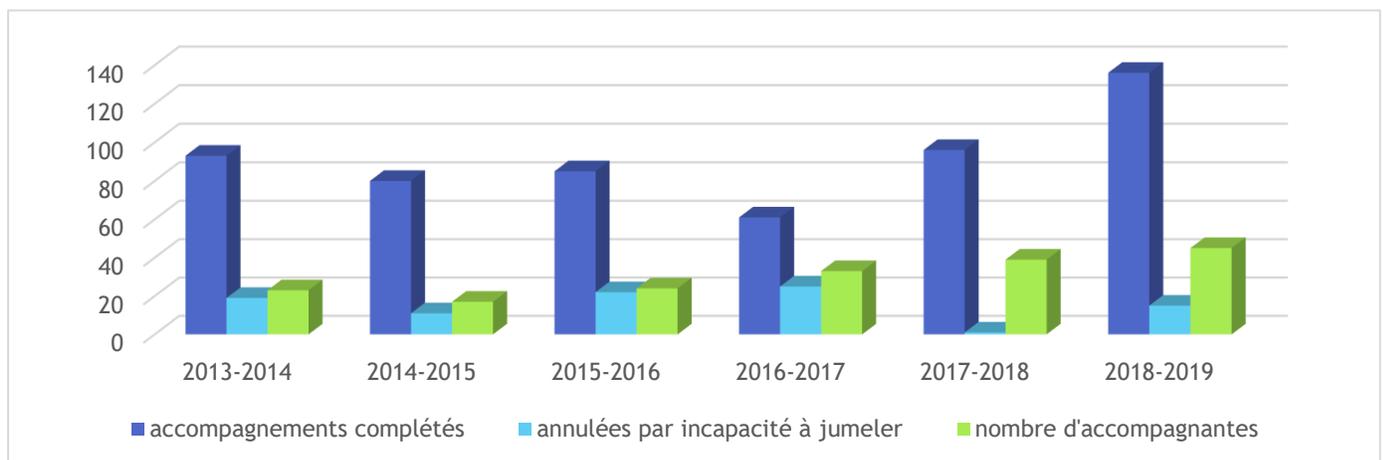


Tableau 1.1 Nombre d'accompagnements en fonction du nombre d'accompagnantes au Collectif

---

## PARTENARIATS POUR L'ACCOMPAGNEMENT DE FEMMES EN PÉRIODE DE VULNÉRABILITÉ

La grossesse et l'accouchement sont des moments charnières dans la vie de toutes les femmes. C'est un moment de transformation où elles ont le potentiel d'affirmer leur rôle de femme dans toute sa complémentarité et sa complexité. La grossesse et l'accouchement créent un *momentum* qui a la capacité de se transformer en une source d'*empowerment* importante. Il peut avoir un impact significatif sur le sentiment de compétence, de confiance en soi et de contrôle (ou de reprise de contrôle) sur sa vie. Ces affirmations sont vraies pour toutes les femmes indépendamment de leur histoire de vie. Elles prennent un sens encore plus important pour ces femmes ayant rencontré, au cours de leur vie, des épreuves qui ont miné leur confiance et les ont fait prendre des chemins difficiles.

### YWCA QUÉBEC

L'établissement YWCA de Québec est non seulement un endroit pour faire de nombreuses activités, c'est aussi à cet endroit que nos locaux sont situés et 4 étages de résidences pour des femmes en difficultés.

Certaines d'entre elles vivent une grossesse pendant leur séjour. Cette année nous avons accompagné l'une d'entre elles et quelques-unes sont venues ponctuellement nous visiter pour « jaser » de manière informelle de leur grossesse, de l'accouchement ou de l'allaitement.

### ÉTABLISSEMENT DE DÉTENTION DE QUÉBEC

Après plusieurs mois de réflexion et de rencontres avec l'équipe de direction de l'aile féminine de l'Établissement de détention de Québec (EDQ) sur les besoins des femmes incarcérées et enceintes, nous avons signé, en avril 2018, une entente de partenariat avec l'établissement.

Le projet *Faire naître la confiance* offre un service d'accompagnement aux détenues enceintes de l'établissement de détention de Québec qui en ont le désir. Ce service inclut un suivi prénatal, un accompagnement à leurs rendez-vous médicaux, une présence à l'accouchement ainsi qu'un suivi postnatal. Comme les sentences de cet établissement sont de courtes durées et que ces femmes ne sont pas nécessairement originaires de Québec, notre soutien peut être offert tant en début qu'en fin de grossesse et peut comprendre un service de liaison avec le milieu périnatal de leur région.

Le projet vise à :

- Fournir de l'information en lien avec la périnatalité aux futures mères
- Favoriser le développement de comportements adéquats pendant la grossesse
- Favoriser le développement d'un sentiment de compétence et de confiance chez ces femmes.

Le tout, dans l'objectif que l'enfant à naître soit en santé, de favoriser le développement d'un lien mère-enfant solide et que ces femmes soient éventuellement en mesure d'offrir à leur enfant un milieu de vie adéquat.

Quatre accompagnantes du Collectif se sont impliquées dans ce projet et se sont montrées disponibles à effectuer ce type d'accompagnement.

Cette année, nous avons accompagné une femme en début de grossesse que nous n'avons rencontrée qu'une seule fois et nous avons accompagné une autre femme en fin de grossesse. Nous lui avons donc

offre un suivi prénatal à l'établissement, un accompagnement à ses rendez-vous médicaux, une présence à la naissance de son enfant et un suivi post-natal à l'établissement.

Nous avons aussi animé une rencontre d'information auprès de 2 groupes de détenues afin de leur faire connaître nos services.

## CLINIQUE SPOT

SPOT est un organisme à but non lucratif, fondé à Québec en février 2014, dont la mission est d'améliorer l'état de santé des personnes marginalisées, désaffiliées, en situation de vulnérabilité sociosanitaire, non rejointes par l'offre de soins et services existants, et de former une relève professionnelle sensibilisée aux enjeux sociaux et aux besoins de santé de ces personnes.

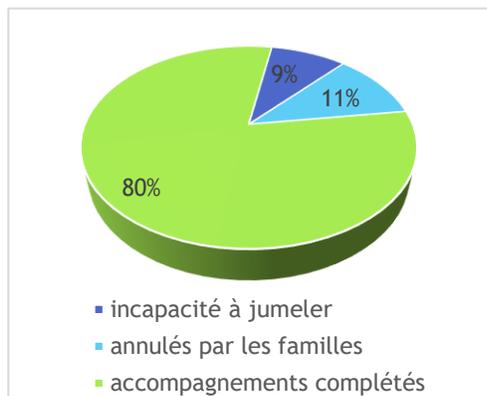
Constatant que très peu de femmes fréquentaient les différents lieux où ils offraient des soins, ils ont établi une collaboration avec le YWCA, le CIUSSS et la maison de la famille de Limoilou pour établir une clinique hebdomadaire exclusivement pour les femmes dans les locaux de la YWCA.

Dès la 2<sup>e</sup> rencontre de réflexion et de mise en place du projet, nous avons été invitées à collaborer avec eux pour l'accompagnement des femmes enceintes qui fréquenteraient cette clinique.

C'est le 7 février que la première clinique a eu lieu. Comme elle est située sur le même étage que nos bureaux, elles peuvent venir nous chercher si une femme a besoin d'information et nous allons faire une petite visite dans la salle d'attente afin faire connaître nos services.

---

## ANNULATIONS



Comme il est mentionné précédemment, 34 demandes ont été annulées en 2018-2019. Nous départageons en deux catégories les raisons conduisant à annuler une demande. D'une part, l'incapacité de jumeler la demande, soit en raison du manque de disponibilité des accompagnantes autour de la date prévue d'accouchement ou encore du délai trop court entre la demande et la date prévue d'accouchement. La seconde catégorie représente les demandes annulées par les familles. Les raisons alors rapportées sont : interruption de grossesse, orientation vers une césarienne pour raisons médicales ou diverses raisons personnelles.

Tableau 1.2 Taux d'annulation des demandes d'accompagnement

Le nombre de demandes annulées s'explique par une augmentation du nombre total de demande. En effet, la proportion d'annulations par rapport au nombre de demandes d'accompagnement reste stable.

## 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 s'adapter pour collaborer avec les différents acteurs entourant la femme et la famille.

---

### STATUT CONJUGAL

L'accompagnement est tout aussi accessible pour les couples que pour les familles monoparentales. Une des attentes liées à l'accompagnement la plus demandée est le soutien du conjoint. La pression est grande sur les épaules des pères qui se sentent souvent démunis et se questionnent beaucoup au sujet du lieu de naissance, des possibles prises de décisions ainsi que de leur responsabilité quant à la gestion de la douleur. Selon les évaluations et les témoignages reçus, certains pères qui étaient parfois quelque peu septiques avant la première rencontre, apprécient fortement leur expérience.

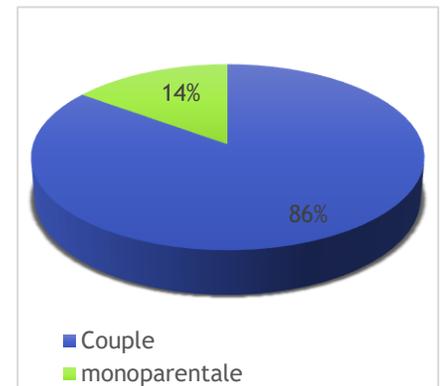


Tableau 2.1 Statut conjugal des femmes

Les femmes monoparentales ont quant à elles besoin d'une présence connue et de confiance, pour ne pas se sentir seules au moment de la naissance de leur enfant.

---

### NOMBRE DE GROSSESSES DES FEMMES

Comme chaque année, la majorité de notre clientèle, soit 49 %, en est à sa première grossesse.

L'inconnu de l'expérience face à la mise au monde de leur enfant et du milieu de l'accouchement ainsi que l'aide aux prises de décisions pour faire des choix éclairés sont des facteurs importants qui les motivent à faire une demande d'accompagnement.

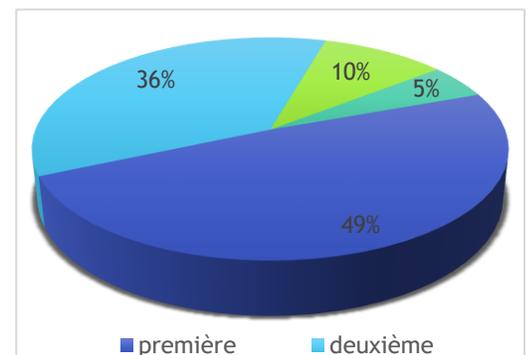


Tableau 2.2 Nombre de grossesses des femmes accompagnées

Les familles qui en sont à leur deuxième grossesse font plus souvent appel à une accompagnante pour revivre une expérience de naissance qui leur a plu ou pour les guider vers une expérience plus satisfaisante en étant mieux préparées et en voulant s'assurer de pouvoir faire des choix éclairés.

## ÂGE DES FEMMES

Des femmes de tous âges font appel à nos services. Notons que la moyenne d'âge des accompagnées est de 30 à 34 ans.

Depuis 2015-2016, les données démontrent toujours une légère augmentation du pourcentage des femmes âgées de 35 ans et plus. Les besoins en accompagnement pour celles-ci sont souvent liés à une plus grande médicalisation de leur suivi de grossesse dû à leur âge et à un besoin de pouvoir faire des choix éclairés.

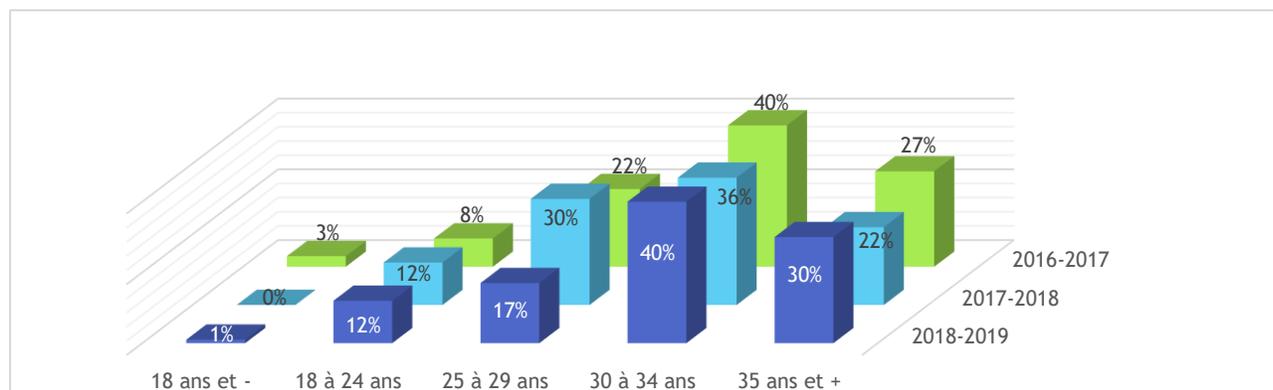


Tableau 2.3 Âge des femmes accompagnées

## SECTEUR D'HABITATION DES FAMILLES

Les accompagnantes sont appelées à parcourir beaucoup de kilomètres lors des accompagnements. Bien que les demandes soient toujours pour des accouchements prévus principalement dans les centres hospitaliers ou des maisons de naissances des régions 03 et un peu dans la région 12, notre région est grande et les accompagnantes sont présentes dans tous les arrondissements.

Cette année, les accompagnantes ont parcouru un grand total de **dix-huit mille sept cent trente-cinq kilomètres** pour soutenir les familles lors de la grossesse, la mise au monde de leur enfant et pour assurer un soutien lors des premières semaines du postnatal.

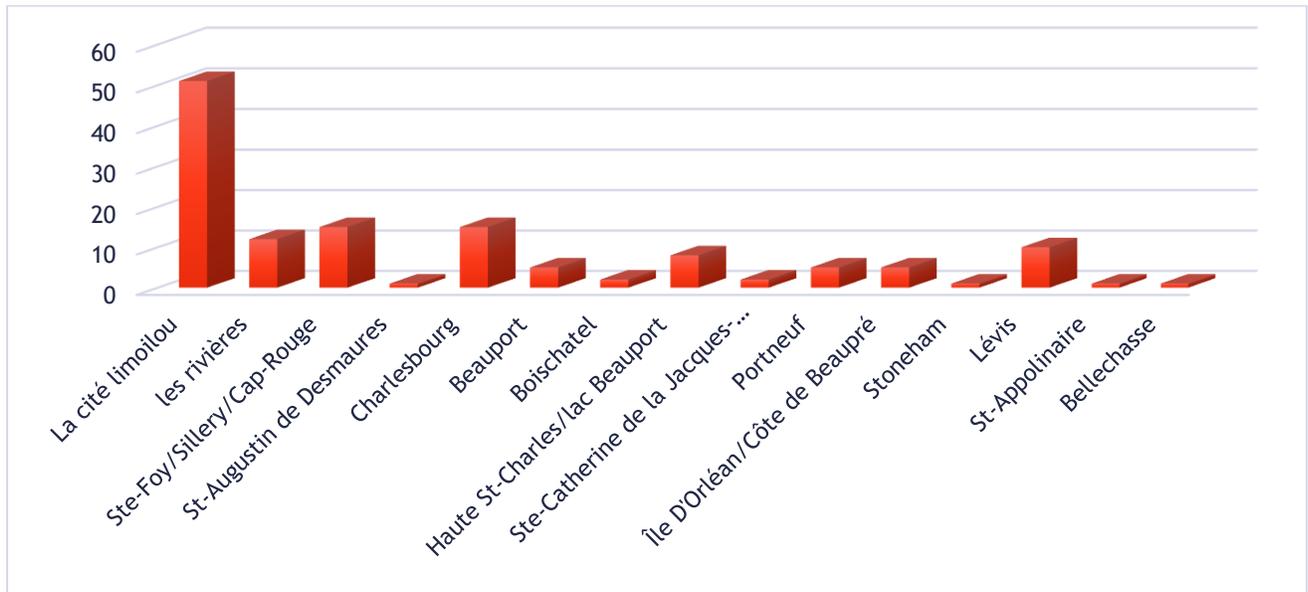


Tableau 2.4 Secteur d'habitation des accompagnées

## CHOIX DU LIEU D'ACCOUCHEMENT

Nous constatons que le lieu principal où les accompagnantes sont demandées est l'Hôpital St-François ainsi que le Centre mère-enfant (CHUL). Nous observons aussi, une légère augmentation des demandes avec suivis sages-femmes, soit en maison de naissance ou à domicile; demandes qui sont passées à 19 % cette année.

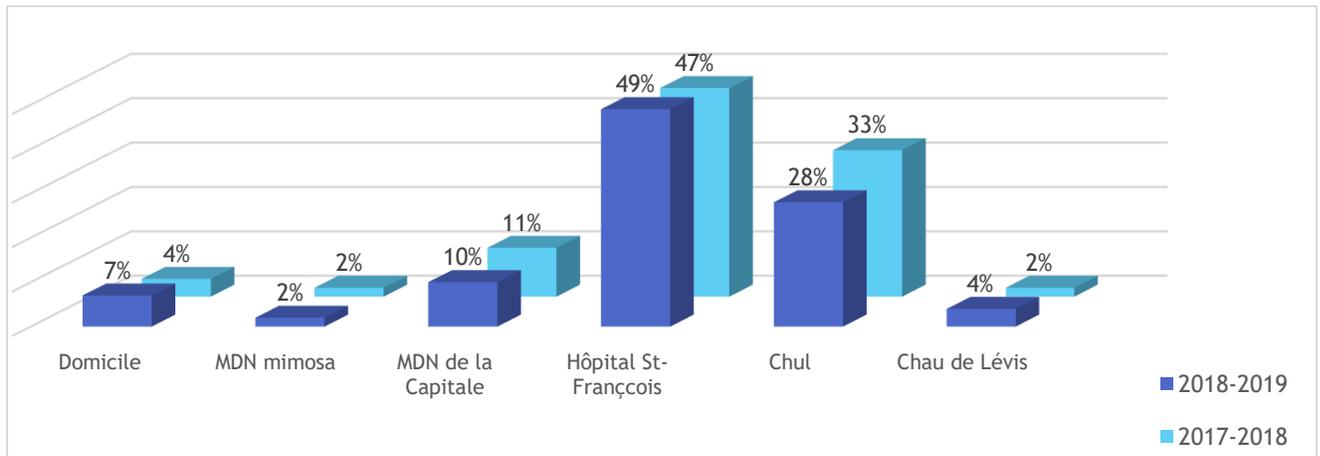


Tableau 2.5 Répartition des choix du lieu de naissance des femmes accompagnées.

## FAMILLES IMMIGRANTES

Cette année, 28 % des demandes provenaient de mères immigrantes. Il est à noter que ces données ne concernent que les mères, car l'origine des pères n'est pas une donnée compilée.

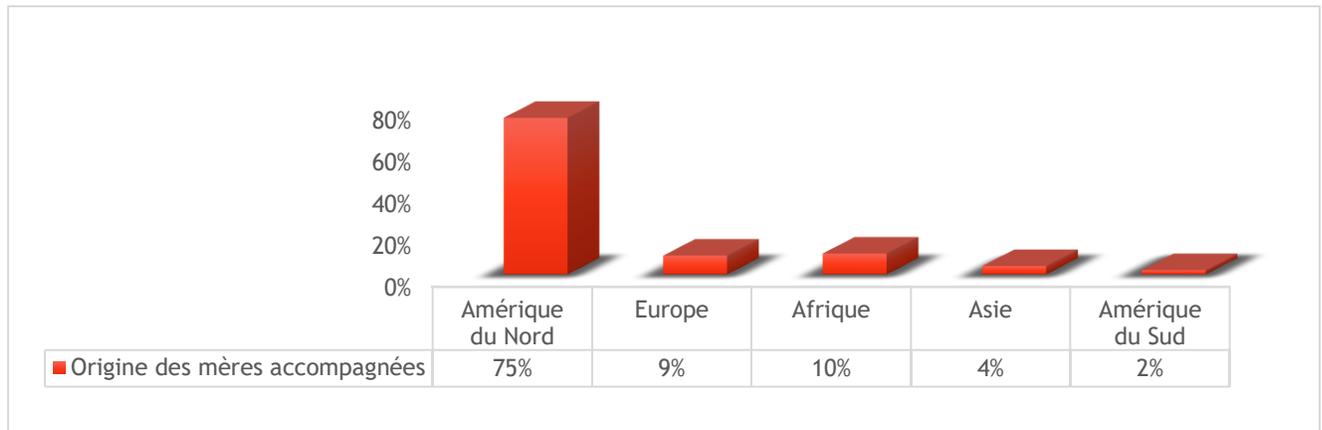


Tableau 2.6 : Origine des accompagnées immigrantes

Les femmes immigrantes accompagnées par le Collectif sont issues de plusieurs pays. Nous observons une majorité de demandes de femmes africaines avec un taux de 10%. Ces femmes viennent de différents Pays d'Afrique : L'Afrique du Nord comprenant la Tunisie, la Mauritanie et l'Algérie. L'Afrique de l'Ouest comprenant le Bénin, le Burkina Faso, la Côte D'Ivoire et la Guinée. De l'Afrique de l'Est le Rwanda et l'Afrique centrale comprenant le Congo et le Cameron.

La France vient en second lieu, pour un taux de 8%.

De l'Amérique du Nord, les demandes de femmes immigrantes sont de Haïti, du Mexique ainsi que des États-Unis.

Les demandes du Moyen-Orient sont issues de Syrie ainsi que du Liban.

Les Pays de l'Amérique du Sud sont la Colombie et le Brésil.

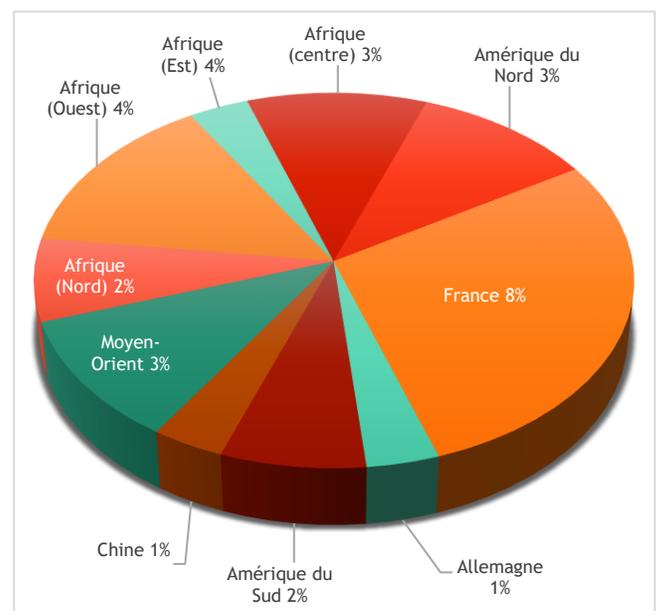


Tableau 2.7 Pays d'origine des accompagnées immigrantes

Pour les femmes nouvellement arrivées au Canada, la principale demande est de recevoir de l'information sur les fonctionnements, les droits et les obligations dans leurs milieux de naissance. Les suivis médicaux et les pratiques sont bien différents dans leurs pays d'origine et ceci est vecteur de stress pour la plupart. Cette réalité est semblable sans égard aux niveaux de scolarités ou aux réalités financières des femmes immigrantes.

Leur réseau social restreint augmente la charge de stress autant dans la préparation à la naissance que pour l'adaptation à la parentalité. Sans compter que pour certaines familles, le conjoint doit rester

auprès des enfants plus vieux. La présence d'une accompagnante dans ces situations favorise la confiance, le bien-être et l'adaptation de ces familles.

Toutefois, pour 8 de ces femmes, la barrière de la langue fut un obstacle additionnel puisqu'elles ne parlaient pas français. De celles-ci, 5 ont eu recours à une accompagnante pouvant communiquer en anglais et ainsi leur permettre de communiquer adéquatement avec le personnel médical, en grande majorité francophone unilingue dans la ville de Québec. De plus, 3 de ces femmes ont dû avoir recours à un(e) interprète, car elle ne s'exprimait et ne comprenaient que l'arabe.

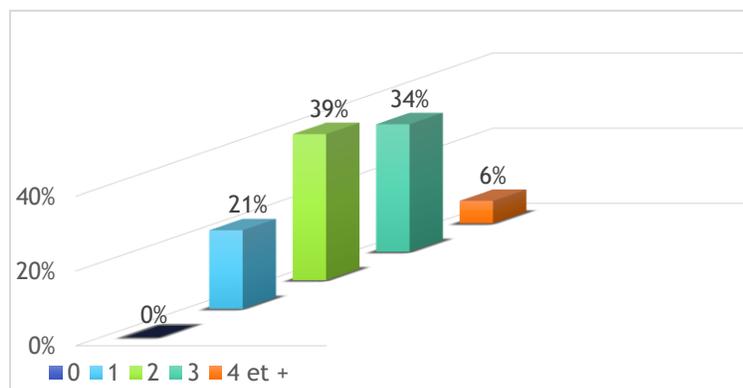
*« Je ne peux dire qu'un grand bravo au Collectif les Accompagnantes. Mon accompagnante a été une excellente ressource pour moi et ma fille. Un grand merci pour son écoute, sa disponibilité, sa gentillesse, son réconfort. Elle a été d'une grande aide pour moi au moment où je n'avais personne. Merci infiniment à elle. Amicalement ».*

-Aissata

## L'IMPLICATION DE L'ACCOMPAGNANTE AUPRÈS DES FAMILLES

La majorité des appels des parents pour un jumelage avec une accompagnante se font entre 22 semaines et 28 semaines de grossesse. Dépendamment du délai de jumelage et des besoins des parents, l'accompagnement à la naissance débute habituellement autour de 25 à 30 semaines de grossesse.

### L'ACCOMPAGNANTE EN PRÉNATAL



Après un premier contact téléphonique, l'accompagnante rencontre la famille à leur domicile et ils déterminent ensemble leurs besoins et ainsi le nombre de rencontres.

Les demandes des familles en prénatal se situent surtout autour de la préparation à la naissance et l'élaboration d'un plan de naissance.

Tableau 3.1 Nombre de rencontres prénatales par accompagnement

Cette année, les accompagnantes ont comptabilisé **neuf cent trente-huit heures de soutien en prénatal**.

On constate que 73% des familles accompagnées auront rencontré leur accompagnante 2 à 3 fois en prénatal. Certaines demandes d'accompagnements sont faites trop près de la date prévue d'accouchement pour permettre plusieurs rencontres prénatales, d'autres demandes sont jumelées très tôt puisque les familles ont besoin d'être rencontrées à plusieurs reprises pour se préparer à ce grand événement dans leur vie. Cette année, 6% des familles ont reçu quatre rencontres ou plus avant la naissance.

### L'ACCOMPAGNANTE LORS DE LA NAISSANCE

L'essence même de l'accompagnement se trouve au moment de la mise au monde d'un enfant. Les accompagnantes bénévoles **passent en moyenne 12 heures en compagnie de la femme et du couple** accompagnés lors de la naissance. Elles doivent s'adapter non seulement aux différents besoins de la mère/famille, mais également aux différents contextes (lieux d'accouchement, types d'intervenants, interventions médicales, personnel changeant, etc.).

Bien que les accompagnantes se rendent disponibles entre 38 semaines et 42 semaines de grossesse il est possible que l'accouchement survienne avant 38 semaines, comme ce fut le cas cette année dans 12% des cas. Les accompagnantes développent des liens avec les familles et ont à cœur de leur offrir

le soutien dont elles ont besoin, c'est pourquoi leur disponibilité réelle va bien au-delà des 4 semaines prescrites par accompagnements.

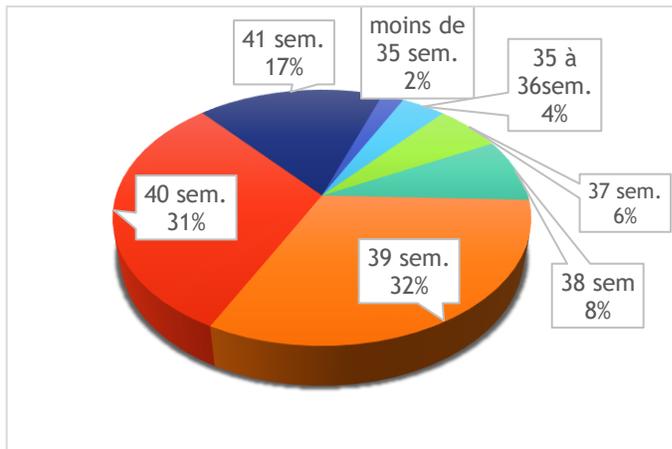


Tableau 3.2 Nombre de semaines de grossesse lors de l'accouchement

Cette année, nous avons comptabilisé **mille quatre cent trente-trois heures de présence lors de l'accouchement**. Il faut tenir compte du fait que les naissances sont parfois rapides et parfois longues (plus de 24 heures) et que les accompagnantes se rendent disponibles sans savoir à l'avance le moment ni la durée de la naissance.

Bien que dans la grande majorité des cas, les accompagnantes sont présentes lors de la naissance, nous pouvons observer quelques fois où elles n'y sont pas. Plusieurs raisons peuvent expliquer leur absence : bébé arrive trop vite, césarienne planifiée ou les parents n'informent pas l'accompagnante au moment de l'accouchement. Certains parents préfèrent rester entre eux après une solide préparation et d'autres se font surprendre sans avoir eu le temps d'appeler leur accompagnante.

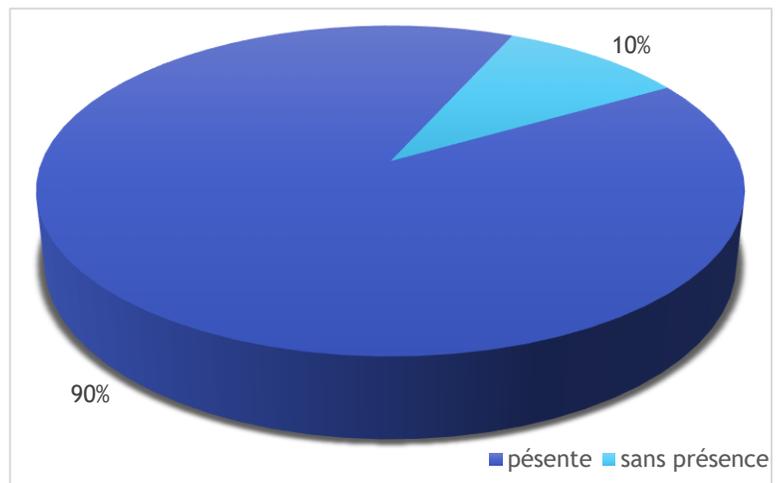


Tableau 3.3: Présence de l'accompagnante lors de la naissance

## L'ACCOMPAGNANTE EN POSTNATAL

Quant aux rencontres postnatales, celles-ci dépendent des besoins des parents. Certains parents ont un bon réseau autour d'eux et un ou deux contacts téléphoniques suffisent pour faire le bilan et clore l'accompagnement.

Une grande majorité des parents préfèrent toutefois rencontrer leur accompagnante une dernière fois pour faire le bilan en personne.

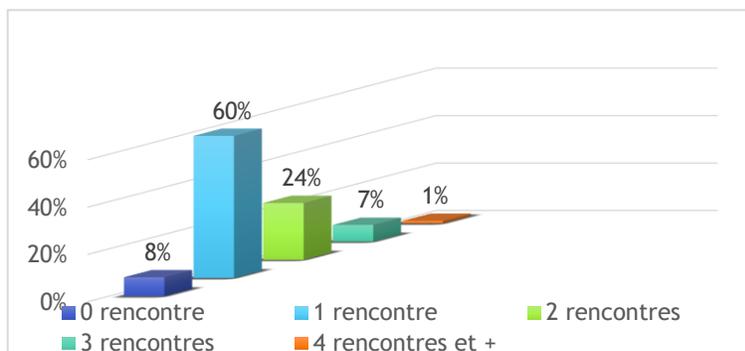


Tableau 3.4 Nombre de rencontres postnatales par accompagnement

Il est assez commun qu'en postnatal, la réalité du quotidien demande quelques adaptations aux nouveaux parents, c'est pourquoi les accompagnantes sont souples sur le nombre de rencontres postnatales. L'accompagnante adapte son soutien en fonction des besoins des parents, par un soutien téléphonique, une présence ou encore une référence vers d'autres professionnels, ressources ou organismes.

Cette année, les accompagnantes ont comptabilisé **trois cent dix-sept heures de soutien en postnatal**.

*« Merci à notre accompagnante.*

*Pour l'arrivée de notre fille, je souhaitais un accouchement plus calme et serein. Je trouve que la présence de notre accompagnante y a contribué et cela parait dans la personnalité de ma fille. Notre accompagnante nous a aussi donné de bons conseils sur comment intégrer notre petite Sarah dans notre famille et auprès de son frère aîné et cela a bien fonctionné. »*

-Annie et Jean-François

## IMPACT DE LA PRÉSENCE D'UNE ACCOMPAGNANTE SUR LES INTERVENTIONS

Lors de la naissance, la présence de l'accompagnante offre aux femmes et aux couples la possibilité de vivre une expérience satisfaisante selon leurs attentes. Celle-ci permet aux parents de comprendre ce qui se passe dans leur réalité et ainsi de faire les choix qui leur conviennent ou qui sont nécessaires avec une meilleure compréhension.

Certaines femmes désirent donner naissance sans aucune intervention médicale, mais ce n'est pas le désir de toutes. D'autres choisissent d'avoir une péridurale ou encore savent qu'elles subiront une césarienne. Nous les accompagnons sans égard à leurs préférences.

Nous observons tout de même que la présence d'une accompagnante a un certain impact sur le nombre d'interventions médicales.

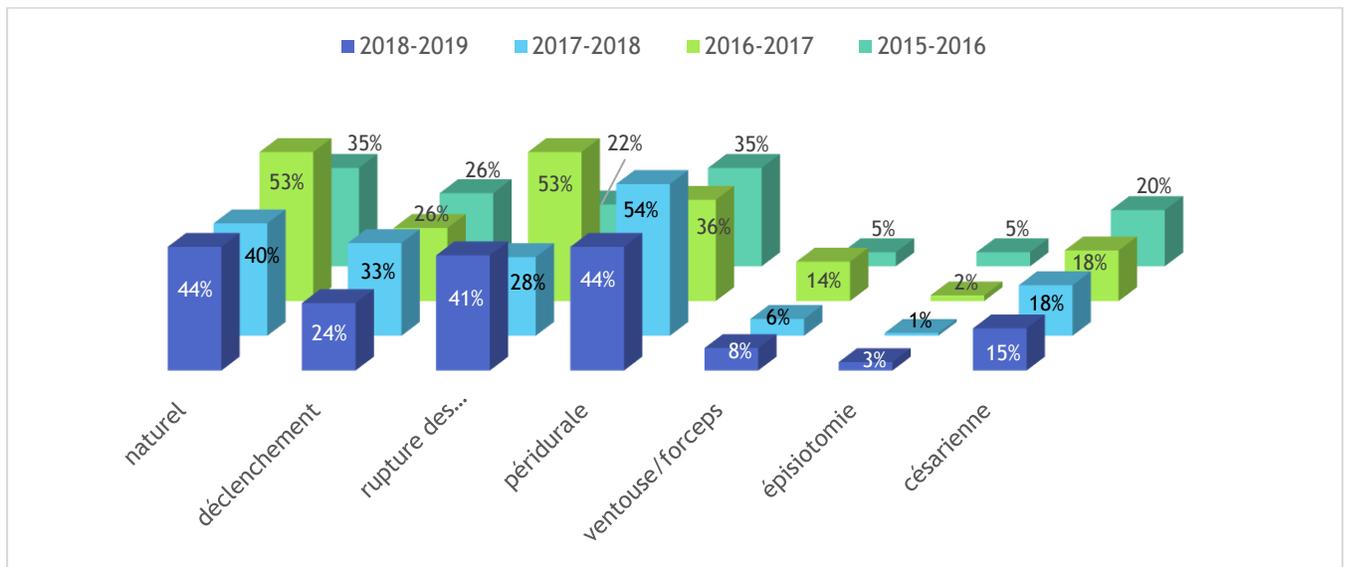


Tableau 3.5 Interventions médicales lors de l'accouchement des femmes accompagnées

Nous observons que 44 % des femmes que nous avons accompagnées ont donné naissance naturellement et que seulement 44 % de ces femmes ont eu recours à la péridurale en cours de travail. Il est à souligner qu'ici nous considérons qu'un accouchement naturel se définit par un accouchement sans péridurale ni césarienne. Parmi les femmes qui ont eu recours à la péridurale en cours de travail, certaines ont finalement donné naissance par césarienne. Elles sont donc aussi comptées dans les 15 % de césarienne. Par contre, certaines femmes ayant eu recours à la césarienne n'ont pas eu recours à la péridurale avant la césarienne, l'anesthésie utilisée pour la césarienne n'est pas comptabilisée dans les 44% de péridurale.

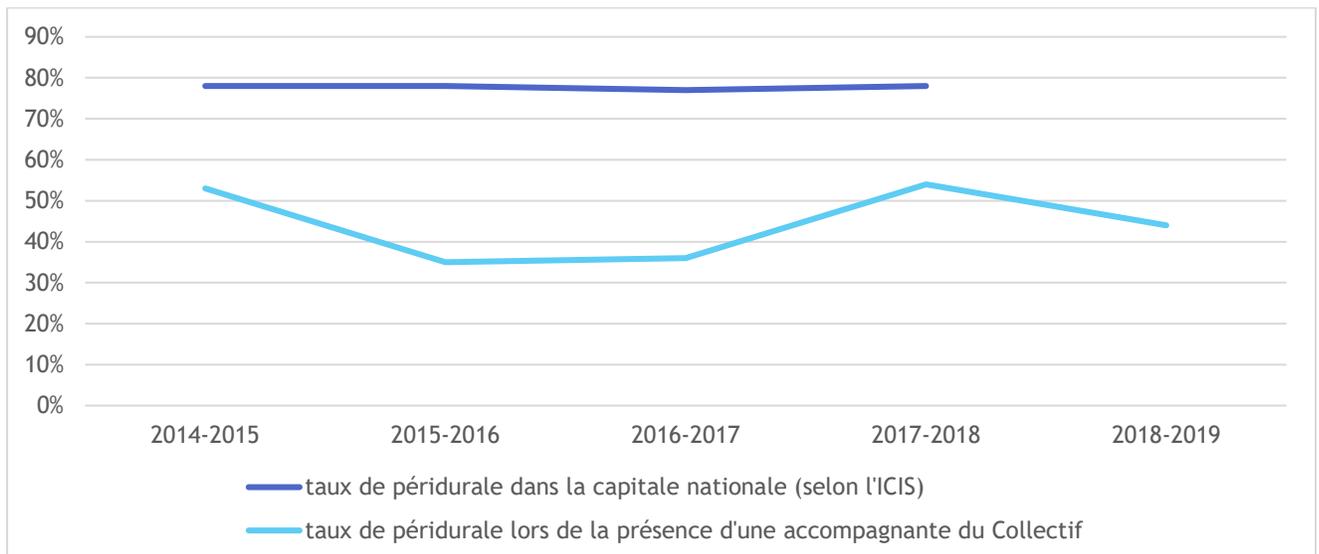


Tableau 3.6 Taux de péridurale lors des accouchements dans la région de la Capitale-Nationale

Selon l'Institut canadien d'information sur la santé (ICIS), le taux d'utilisation de la péridurale en 2017-2018 pour un accouchement vaginal dans la Capitale Nationale (CN) était de 78 %, ce qui est beaucoup plus élevé que ce que nous pouvons observer pour les naissances en présence d'une accompagnante du Collectif. Cette même année, 54% des parents qui ont bénéficié de la présence d'une accompagnante du Collectif ont eu recours à la péridurale. Ce taux a poursuivi sa diminution en 2018-2019, avec un taux de 44%.

Toujours selon l'ICIS, bien que le taux de naissances instrumentées (ventouse ou forceps) semble en diminution de 2016-2017 (14.6%) à 2017-2018 à (12.7%) dans la région de la Capitale-Nationale, nous observons, encore une fois que lors de la présence d'une accompagnante, le taux de naissances instrumentées est encore plus bas. De 14% en 2016-2017 à seulement 6% en 2017-2018.

Enfin pour ce qui est du taux de césariennes, bien que nous observions un taux assez stable avec les années dans les naissances avec une accompagnante du Collectif, 18% en 2016-2017 ainsi qu'en 2017-2018, le taux selon l'ICIS de la Capitale-Nationale était de 29% en 2016-2017. Ce nombre comprend les césariennes planifiées ainsi que les césariennes qui surviennent en cours de travail. Bien que moins nombreuses, certaines femmes désirent avoir une accompagnante pour se préparer à une naissance par césarienne.

À la lumière de ces observations, nous pouvons comprendre que la présence d'une accompagnante impacte sur la diminution du recours aux diverses interventions lorsque celles-ci ne sont pas nécessaires. Nous pouvons ainsi penser que le nombre d'accouchements naturels traduit un besoin des parents de vivre une expérience moins médicalisée et plus satisfaisante.

En conséquence, il est évident que notre rôle et notre mission ont un impact direct sur les recommandations de la « Politique de périnatalité 2008-2018 ».

*Au chapitre des moyens pour réduire les taux d'interventions obstétricales figurent notamment les ressources d'accompagnement de la femme pendant le travail. Une personne formée à cet effet peut apporter à la mère une aide adéquate en lui offrant une présence continue et un soutien psychologique réconfortant, et en ayant recours à une panoplie de pratiques susceptibles d'assurer son bien-être. Une aide de cette nature permet, entre autres, de diminuer le temps de travail, d'empêcher le recours à l'analgésie ou d'en retarder l'utilisation, de réduire le recours à diverses interventions – anesthésie, césarienne, ventouses, forceps, stimulation du travail – et d'augmenter la satisfaction de la femme par rapport à l'accouchement. Il semble que davantage de femmes ayant bénéficié de ce type de soutien allaitent leur enfant, qu'elles sont moins anxieuses et présentent moins de symptômes de dépression. Cet accompagnement peut également aider le père à soulager son anxiété et lui permettre de se sentir utile.<sup>1</sup>*

*« Mon premier enfant est né en maison de naissance et cet accouchement fut parfait à mes yeux, vous n'imaginez pas ma déception lorsque j'ai appris que je devrais accoucher à l'hôpital et avoir un suivi à risque en gynécologie de surcroît. Je remercie le Collectif et mon accompagnante de m'avoir aidé à faire que cette deuxième naissance se passe bien et selon mes choix, avec un accouchement naturel malgré le contexte hospitalier. Cet accompagnement a été un baume sur cet accouchement. »*

---

<sup>1</sup> <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2008/08-918-01.pdf>

-Mélanie et Mario

« Lors de mon premier accouchement, je me demandais bien pourquoi une femme voudrait une accompagnante lors de ce grand jour, alors que papa est là ?



Après avoir vécu ce premier accouchement, j'ai senti que j'aurais pu faire plus pour faire avancer le travail, j'ai réalisé que je n'ai pas su quoi faire. J'ai demandé à mon docteur les meilleurs moyens pour arriver à avoir un accouchement le plus naturel possible et elle m'a répondu que la plupart des femmes qui y arrivent en milieu hospitalier avaient une accompagnante.

J'ai finalement vu leur rôle comme celui d'une « coach », cette femme serait là pour optimiser mon rôle et celui de mon conjoint!

Mon accompagnante a été parfaite. À la fois douce et maternante, nous proposant des positions pour aider le travail et la gestion de la douleur. Tout au long de l'accouchement, je me suis sentie supportée par mon conjoint et mon accompagnante, je n'avais qu'à me concentrer sur mes contractions et n'avais rien d'autre à penser.

Je me suis sentie choyée, enveloppée, aimée...

Toutes les femmes devraient avoir cette chance lors de ce grand jour! Merci infiniment! »

-Lydia et Franklin

## ALLAITEMENT

Les accompagnantes offrent un soutien à l'allaitement lorsque les parents le désirent. Les accompagnantes possèdent une base de formation, notamment pour les premiers jours de l'allaitement.

Certaines accompagnantes au Collectif ont des formations, notamment comme consultantes en allaitement IBCLC. Les accompagnantes peuvent toujours avoir accès à de précieux conseils et savent vers qui orienter leurs accompagnés si leurs besoins s'avéraient plus importants pour la bonne mise en route et le maintien de l'allaitement.

Lors des premières heures de vie de l'enfant ainsi que lors des communications et des rencontres postnatales, les bénévoles-accompagnantes soutiennent l'allaitement et réfèrent vers des organismes de soutien au besoin.

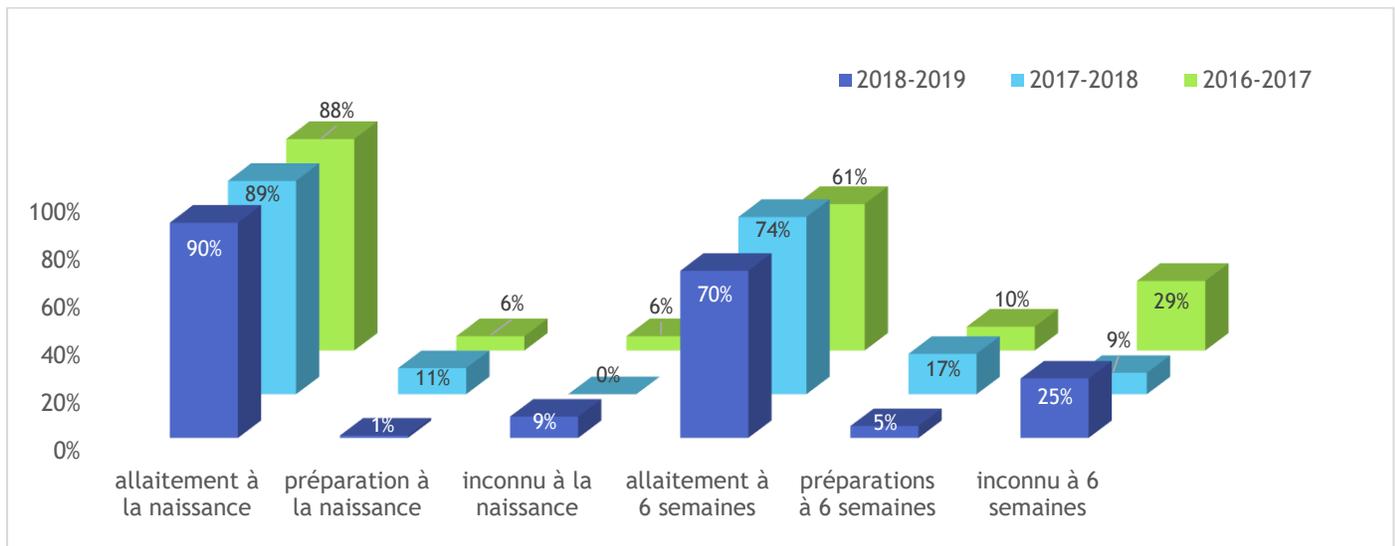


Tableau 3.11 Mode d'alimentation du bébé

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

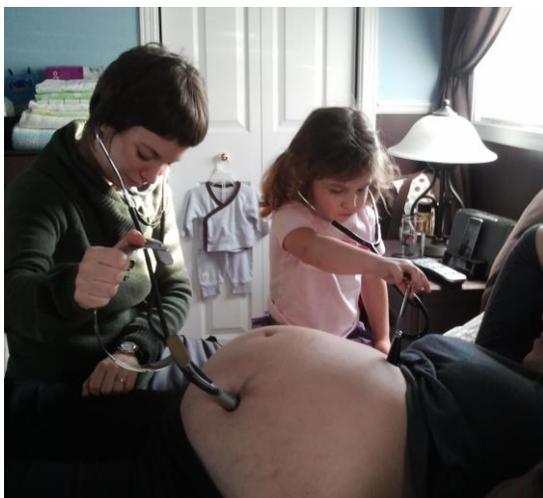
Parmi les mères qui n'allaitent ni à la naissance ni à 6 semaines postnatales, les raisons mentionnées sont : grande fatigue, choix personnel, hospitalisation du bébé.

*« L'allaitement était un point crucial pour moi, mon accompagnante avait compris ça... Elle s'est assurée que nous ne soyons pas laissés à nous-mêmes, et ce jusqu'à temps que celui-ci soit bien installé. Ainsi vous comprendrez que les services que nous avons reçus au Collectif ont été remarquablement importants. »*

-Alexandra et François

## ACCOMPAGNEMENT D'ENFANTS

Lors d'un accompagnement d'enfant à la naissance d'un petit frère ou d'une petite sœur, le rôle de



l'accompagnante avant et pendant l'accouchement est d'expliquer à l'enfant ce qui se passe lors d'une naissance, de démystifier les sons de maman en cours du travail, 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.

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.

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.

Cette année nous avons reçu 5 demandes d'accompagnements d'enfants. Comme il y a parfois plus d'un enfant, nous avons accompagné 7 enfants, trois petites filles et 4 petits garçons âgés de 1 à 6 ans. Ceux-ci ont assisté à la naissance de leur frère ou de leur sœur avec tout le soutien dont ils avaient besoin.

La plupart des accompagnements d'enfants ont lieu au domicile des parents, ou encore en maison de naissance. Par contre cette année, un accompagnement d'enfant a eu lieu en milieu hospitalier, ce qui a demandé des trésors d'adaptation de la part de l'accompagnante.

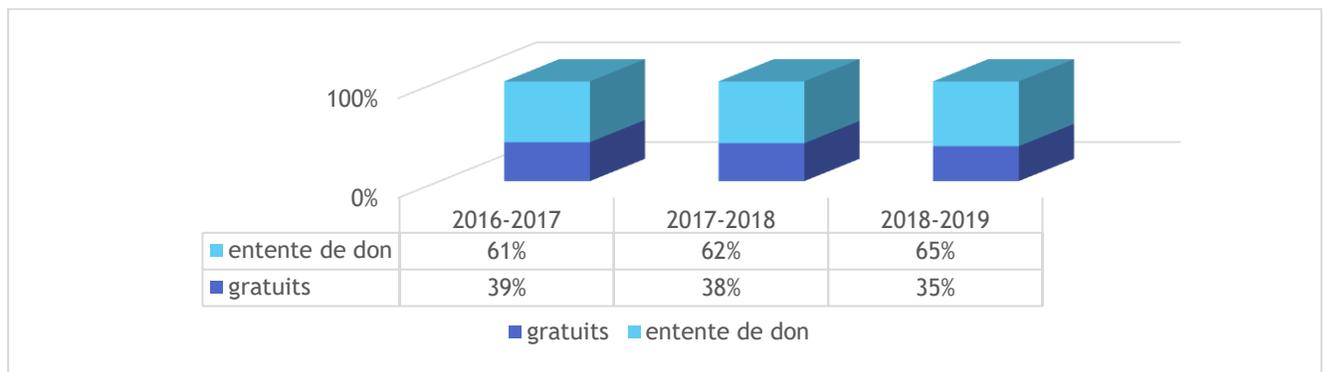
## ENTENTE DE DON

Lorsque les parents nous adressent une demande d'accompagnement, ils ne sont pas facturés. C'est plutôt une entente de don qui 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 familial. 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.

Une partie de notre clientèle est bénéficiaires du programme OLO\*. Cela signifie que ce sont des familles à faibles revenus qui reçoivent un soutien du CLSC et de la fondation OLO pour mieux répondre à leurs besoins alimentaires durant la grossesse. Pour notre organisme, cela implique que ces accompagnements ont été réalisés sans frais pour ces familles. Certaines familles ne font pas partie du programme OLO, mais pour diverses raisons, leur revenu ne leur permettrait pas d'avoir accès à une accompagnante, ils ont alors aussi accès au service d'accompagnement gratuitement.

Le pourcentage de notre clientèle bénéficiant du service d'accompagnement gratuitement semble demeurer stable.

Parmi les 138 demandes complétées en 2018-2019, 35 % de ces familles ont eu accès gratuitement à une accompagnante du Collectif.



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.

*« Le service d'accompagnement nous a été offert de façon anonyme. Jusqu'à ce jour, nous ne savons toujours pas de qui il s'agit. Tout ce que nous savons c'est que l'accompagnement a été le plus beau cadeau jamais reçu. Il nous a permis de nous sentir prêts et outillés face à l'accouchement. Il a aussi permis d'accueillir le nouveau-né dans un climat serein et paisible. Le soutien d'une accompagnante donne des ailes!*

*Merci. »*

*-Léa et Jean-François*



## ATELIERS INTENSIFS DE PRÉPARATION À LA NAISSANCE



Les ateliers intensifs de préparation à la naissance (AI) sont offerts 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 16 participants ou 8 couples. Ils sont animés par des accompagnantes-animatrices d'expérience.

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 grossesse et l'accouchement.

Nous suggérons 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 similaires. 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.

## 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, Audrey Simard, s'est jointes à Dominique Blouin, Geneviève Desgagné, Alexandra Houle et Émilie Rivard pour l'animation des ateliers.

De plus, cette année, sept accompagnantes sont venues assister aux ateliers intensifs pour parfaire leur formation ou encore pour se préparer à devenir elles-mêmes animatrices.

---

## DONNÉES ET STATISTIQUES RELATIVES AUX ATELIERS INTENSIFS

Pour l'année 2018-2019, nous avons animé douze groupes d'ateliers intensifs de préparation à la naissance. Nous pouvons observer, selon le Tableau 3.14 que la demande pour les ateliers de préparation à la naissance du Collectif est en augmentation depuis quelques années. Les infirmières des CLSC recommandent nos ateliers à une partie de cette nouvelle clientèle, particulièrement aux bénéficiaires du programme OLO.

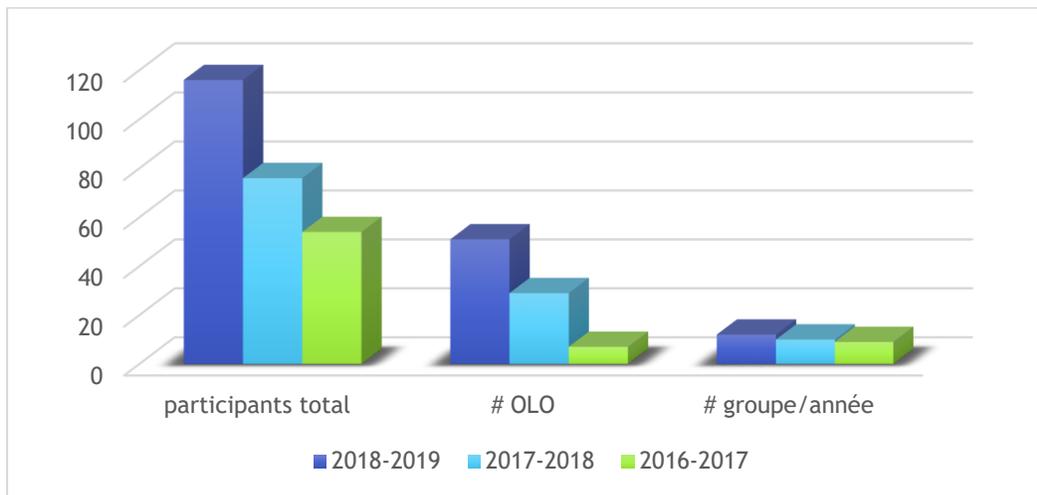


Tableau 3.14 Nombre et profil des participants aux ateliers intensifs de préparation à la naissance

Les participants reçoivent l'information de base sur la physiologie de l'accouchement, la gestion de la douleur, les pratiques de leurs lieux de naissance ainsi que l'adaptation à l'arrivée de leur enfant.

Certains parents ont mentionné avoir déjà suivi des cours prénataux, mais désirent recevoir plus d'informations pour trouver la confiance nécessaire pour bien vivre leur expérience de naissance, comprendre les interventions et faire des choix qui leur conviennent.



Sans grande surprise, la majorité (96%), des parents qui suivent les ateliers intensifs attendent leur premier enfant.

16% des participantes sont des femmes monoparentales alors que la majorité soit 84% sont en couple.

Tableau 3.16 Nombre de grossesses des participantes aux ateliers intensifs de préparation à la naissance

## 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. La formule en petits groupes facilite la possibilité de poser des questions et de se sentir à l'aise. Il est mentionné à maintes reprises que les parents apprécient l'accueil et l'ouverture ainsi que la neutralité des animatrices par rapport aux choix des parents.

La théorie ainsi que les parties plus pratiques sont alternées et rendent leur expérience plus concrète et favorise l'apprentissage.

Selon les évaluations, les couples se sentent outillés et prêts pour l'arrivée de leur enfant.

*« J'ai adoré la formation! L'animatrice prenait le temps de répondre aux questions, elle n'avait pas peur de sortir de son plan établi. »*

-une maman

*« Nous avons aimé les animatrices à un point que nous souhaitons maintenant avoir une accompagnante. Formation très intéressante, je la recommanderai à mes amis. »*

-un papa

*« Ma partie favorite et celle où j'ai le plus appris, est celle sur l'accouchement physiologique. Cette partie a permis de valider mes choix et me mettre en confiance. »*

-une maman

## 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 :



- Femme ayant une grossesse à risque élevé (GARE) et qui doit rester au repos;
- Femme ou famille pour qui l'horaire des ateliers intensifs de préparation à la naissance en groupe ne convient pas;
- Femme ou famille présentant des particularités de santé mentale ou certains handicaps physiques;
- Femme ou famille ayant un grand besoin d'intimité et qui préfère échanger avec un nombre restreint de personnes.

Le coût relatif au cours particulier est de 195\$. 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 onze demandes de cours particuliers.

---

## 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 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 par les parents comme étant professionnelles et chaleureuses.

*« C'était au-delà de mes attentes, bien que concises et dirigées. Tout me semblait pertinent et nous avons eu l'information désirée. »*

-un papa

*« C'était parfait, la formule était vraiment très agréable et plaisante, je recommande vivement! »*

-une maman

### **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 trouvent 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 sentaient 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.

Le groupe de soutien « *J'ai mal à mon accouchement* » est un groupe fermé pour 4 à 8 participantes, afin de permettre de cheminer et d'évoluer ensemble. Le processus complet est d'une durée de 6 rencontres de deux heures, aux deux semaines. Un thème différent est exploré à chaque rencontre. Certaines activités sont définies pour chaque thème alors que d'autres font partie d'un « rituel » qui revient à chaque rencontre pour marquer le cheminement.

Cette année, Élisabeth Zanga Léanza est venue se joindre à Mélissa Morin et Caroline Fontaine, à titre d'animatrice des rencontres « *J'ai mal à mon accouchement* ». Elles sont toujours deux animatrices lors des rencontres afin de permettre une plus grande fluidité et aussi pour offrir la possibilité d'intervenir

individuellement dans des moments de grandes émotions où une participante aurait besoin de sortir de la rencontre. Émilie Rivard anime une des activités, à chacune des cohortes.

Un premier groupe de 5 femmes a débuté en avril 2017. En septembre 2017, un nouveau groupe de 3 femmes a eu lieu. Et finalement, en janvier 2018, un groupe de 4 femmes s'est tenu.

Les animatrices ont été enchantées d'assister à une forte entraide entre les femmes de chaque cohorte. Le soutien par le groupe est toujours très présent.

Les participantes disent avoir parcouru un beau chemin lors de ces rencontres. Les différentes activités permettent d'outiller chaque femme selon ses besoins personnels. De plus, elles créent un angle différent pour percevoir leur histoire. Les femmes se sont senties entendues.

Un groupe Facebook privé a été ouvert, sous la supervision des animatrices, pour permettre à toutes les participantes des groupes « *J'ai mal à mon accouchement* » de discuter entre elles après la fin de leur groupe. Cette page est vivante et respectueuse.

Nous sommes très soucieuses de bien répondre aux besoins des participantes de ce groupe, c'est pourquoi nous avons mis en place deux ateliers afin d'offrir la possibilité aux pères d'avoir un espace pour qu'eux aussi puissent guérir de ces accouchements difficiles dont ils ont souvent été des témoins impuissants.

## **FORMATION « DEVENIR ACCOMPAGNANTE À LA NAISSANCE »**



Le Collectif offre, depuis sa fondation, une formation pour devenir accompagnante à la naissance. Bien qu'il n'existe aucune loi ni règlement qui encadre la formation d'accompagnante à la naissance et que toute personne formée ou non pourrait s'improviser accompagnante, nous croyons que certains compétences doivent être acquises pour offrir un service adéquat aux femmes et aux couples.

Pour devenir accompagnante à la naissance (aussi appelée Doula) plusieurs formations existent, valables pour la plupart. Les différences sont surtout au niveau des valeurs transmises ainsi que de l'approche. Au Collectif Les Accompagnantes, nous préconisons des méthodes humaines pour nos formations. Nous croyons fermement que notre expérience et que nos échanges aident à apprendre, et c'est pourquoi notre formation de base est en mode réel, avec des accompagnantes expérimentées. 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. La programmation est très variée et touche plusieurs aspects importants de l'accompagnement comme; la physiologie de l'accouchement, les complications et interventions, la relation d'aide, les outils de l'accompagnante, mobilisation et gestion de la douleur, allaitement et post natal. Le tout est transmis par des accompagnantes d'expériences, avec l'approche qui nous caractérise au Collectif, soit une approche personnalisée et humaine.

Nous privilégions l'approche par petit groupe, car nous pouvons ainsi mettre l'accent sur la présence à l'autre, le « savoir-être » qui est la caractéristique de base de l'accompagnante.

Une fois diplômée, les accompagnantes se sentent habilitées à accompagner les naissances sans crainte, parce qu'ensemble, en dehors des écrans d'ordinateur, on aura pratiqué et échangé!

Cette année, des 29 personnes qui ont participé à cette formation :

Plusieurs étaient des professionnelles (infirmière, physiothérapeute, massothérapeute, travailleuse sociale, formatrices en allaitement, naturopathe, etc.) qui souhaitaient avoir une meilleure connaissance de la physiologie de l'accouchement et être mieux outillées pour orienter leurs clientes. Plusieurs étudiantes (herboriste, travail social, etc.) désiraient bonifier leurs champs d'expertise par l'accompagnement à la naissance.

Deux femmes de Sept-Îles, travaillant auprès des communautés autochtones sont venues à Québec pour suivre notre formation suite à la présentation que nous avons animée en novembre 2018 lors de du colloque du Regroupement des Centres Amitiés Autochtones du Québec.

Deux femmes du Lac St-Jean, qui travaillent avec Aide Parent +, sont venu suivre notre formation afin que cet organisme puisse offrir de l'accompagnement à la naissance dans leur région.

Certaines des participantes 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 remplir et faire parvenir un formulaire d'adhésion portant sur leurs motivations et leurs expériences. Puis, elles sont rencontrées en entrevue afin de déterminer si elles sont en mesure de joindre notre groupe d'accompagnantes.

Pour celles qui se joignent au Collectif, 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.

Par ailleurs, grâce aux rencontres mensuelles, aux journées de réflexion, aux formations continues, parfois aux rencontres improvisées chez l'une ou l'autre des accompagnantes et au groupe Facebook privé, elles créent des liens entre elles et continuent de se soutenir mutuellement.

## RÉSEAUX SOCIAUX

### 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 et connaissent nos services ainsi que l'horaire de nos activités.



### PAGE FACEBOOK



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

La page : <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 1570 personnes qui suivent notre page, soit 370 de plus que l'an dernier!

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

Le 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.



### STATUT DES MEMBRES DE L'ORGANISME

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 seules salariées régulières sont la coordonnatrice générale (35 heures par semaine) et la responsable des bénévoles (30 heures par semaine).

Merci à l'entourage des accompagnantes de permettre aux parents de vous avoir à leur côté pour ce moment si important. Nous avons toujours une pensée pour 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.

---

#### MEMBRES ACCOMPAGNANTES (ACTIVES OU MENTORS)

Comme il est mentionné plus haut, nous avons eu la chance d'intégrer 15 nouvelles accompagnantes au sein du Collectif cette année. Nous sentons que le besoin d'agrandir le groupe est important afin de répondre à la demande grandissante.

De plus, comme il y a aussi eu plusieurs départs par manque de disponibilité, nous sommes en équilibre entre les nouvelles arrivées et les départs. Ainsi nos bénévoles répondent bien à la demande de notre clientèle.

En date du 1<sup>er</sup> avril 2019, 39 accompagnantes forment le Collectif dont:

- 2 salariées accompagnantes
- 5 accompagnantes mentors
- 21 accompagnantes actives
- 11 accompagnantes en formation

Au cours de l'année 2018-2019:

- 9 accompagnantes ont quitté Le Collectif
- 15 nouvelles accompagnantes se sont jointes au Collectif (Andréanne Giasson, Anne-Marie Gargano, Ariadna Rodriguez-Chamorro, Claudia Blais, Isabelle Deschênes, Jennyfer L'heureux, Joannie Ménard, Josée Blackburn, Julie Mingasson, Madeleine Bousquet, Marie-Eve Trudel, Marilyn Richard-Guay, Maya De Lorimier, Michèle Blondeau et Sharon Dea)

Nous avons débuté l'année 2018-2019 avec 39 accompagnantes et nous l'avons terminée avec 45 accompagnantes.

Les accompagnantes d'expérience ont travaillé fort encore cette année pour répondre à la demande de notre clientèle et pour superviser les accompagnantes en formation!

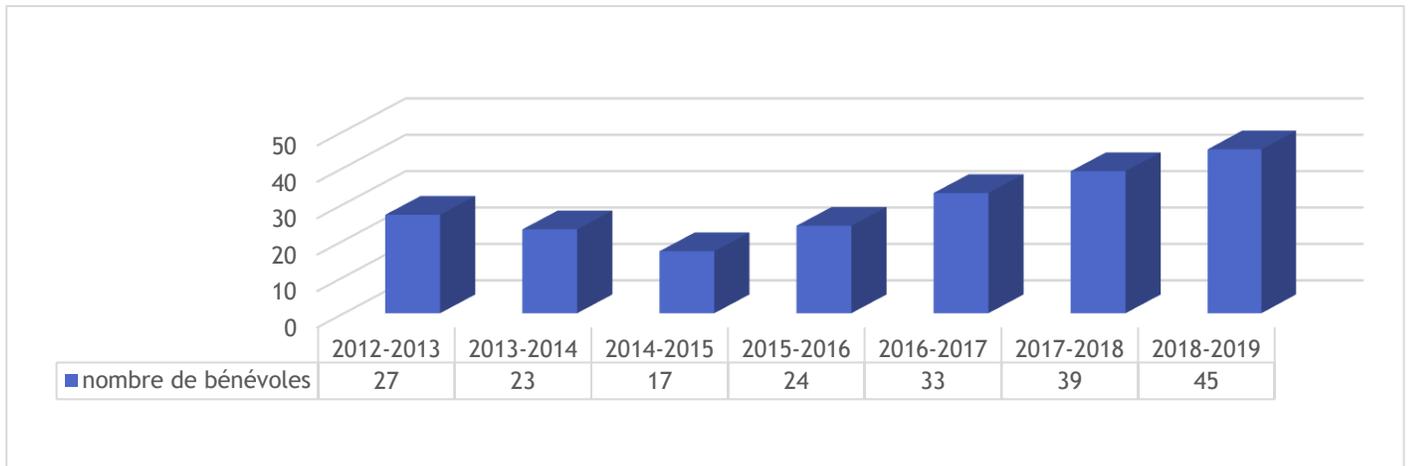


Tableau 9.1 Nombre d'accompagnantes au Collectif

Nous pouvons observer que, depuis la forte augmentation du nombre de bénévoles en 2016-2017, nous avons maintenu une certaine augmentation. 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. Ainsi, les nouvelles accompagnantes deviennent actives plus rapidement lorsque c'est leur souhait.

---

## IMPLICATION BÉNÉVOLE DES ACCOMPAGNANTES ACTIVES

Les accompagnantes du Collectif sont des femmes de cœur, compréhensives et passionnées par la périnatalité. Elles s'engagent pleinement dans l'accompagnement de chaque femme/famille en y mettant beaucoup de leur temps et de leur énergie.

Chacune s'engage à faire un minimum de 3 accompagnements par année. 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.

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.

	Total des accompagnements	Moyenne par accompagnement
Présence en prénatal	744 h	5 h
Présence à l'accouchement	1434 h	12 h
Présence en postnatal	317 h	2 h
Total	<b>2 495 h</b>	<b>19 h</b>

Tableau 9.2 Nombre d'heure de bénévolat

Selon les données présentées dans le tableau 9.2, il est possible d'affirmer qu'un accompagnement exige en moyenne 19 heures de bénévolat.

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

De plus, elles assistent aux réunions mensuelles entre août et juin, elles s'impliquent dans divers comités, elles participent aux journées de réflexion annuelles, à l'assemblée générale annuelle et apportent un soutien administratif de manière ponctuelle. Elles sont actives sur notre page Facebook privée 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.

---

## MEMBRES DE SOUTIEN

Nous avons deux membres de soutien;

- Dominique Lachance, membre de la communauté et parent utilisateur, trésorier au conseil d'administration;
- Juliette Leroy, coordonnatrice à Entraide Naturo-Lait, IBCL et ostéopathe, qui nous offre informations et soutien.

---

## STAGIAIRES

Au cours de l'été 2018, Maude Vézina, doctorante en santé communautaire, est venue travailler à la recherche de références pour la mise à jour de notre cahier de formation de base.

De plus, cette année, une étudiante au Baccalauréat en sciences infirmières de l'Université du Québec à Rimouski (UQAR) a choisi de faire son projet de fin de baccalauréat et son stage d'intégration en milieu communautaire auprès de notre organisme. En fin de projet, les étudiants et étudiantes ayant participé au projet d'intégration sont invités à réfléchir aux apprentissages réalisés dans le milieu d'accueil et auprès de la population ciblée par leur intervention. Ils doivent ensuite préparer un outil visant à améliorer la pratique des infirmières en prévention de la maladie et en promotion de la santé. Ces outils sont partagés gratuitement sur la plate-forme web CAPSII ou « coffret à promotion de la santé à l'attention des infirmières et infirmiers ».

<https://capsii.uqar.ca>

Cette année, le projet de Guy-Anne Roy intitulé « *Je veux allaiter, je dois m'y préparer* » était un programme d'éducation à la santé pour un allaitement réussi, soutenu par les proches. Le projet visait ainsi à outiller les proches soutenant des mères débutant un allaitement.

12 accompagnantes ont participé à cette journée de formation le 17 mars 2019.

Un grand merci à elles pour leur participation importante à nos yeux, au savoir du Collectif.

## **FORMATION CONTINUE**

### INTÉGRATION DES NOUVELLES BÉNÉVOLES

Comme mentionné plus haut, 15 nouvelles bénévoles ont joint le Collectif de cette année.

Après avoir suivi la formation de base de 42 heures, celles qui souhaitent se joindre au Collectif, doivent faire parvenir un formulaire d'adhésion portant sur leurs motivations et leurs expériences. Elles sont ensuite rencontrées lors d'une entrevue. La décision de les admettre dans notre groupe d'accompagnantes 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 poursuivent leur formation à l'intérieur du Collectif.

Chaque nouvelle accompagnante rencontre la responsable des bénévoles. Celle-ci prend le temps de leur 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 participe à un accompagnement complet avec 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 des 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

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, 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 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 RENCONTRES MENSUELLES DE 2018-2019

Il est important de souligner que lors de nos rencontres mensuelles, il y a toujours un espace pour permettre aux accompagnantes de partager leurs récits d'accompagnement, de réfléchir ensemble et d'apprendre de ce que chacune a vécu.

- **Avril** : Afin de souligner l'importance, pour nous, de la semaine de l'action bénévole, nous avons reçu la visite de deux massothérapeutes sur chaise de « Mozaik Santé » lors de notre réunion mensuelle. Les accompagnantes ont pu partager leurs histoires d'accompagnement dans une ambiance tamisée tout en se faisant masser à tour de rôle et en dégustant quelques douceurs;
- **Mai** : Journées de réflexion (voir plus bas);
- **Juin** : Assemblée générale annuelle;
- **Août** : Comme il y a eu beaucoup de naissances à l'été 2018, beaucoup de récits ont été partagés lors cette rencontre de retrouvailles;
- **Septembre** : Débutée par un petit rituel de visualisation, cette rencontre fut animée sous la thématique des forces en nous. Lecture des qualificatifs sur les arbres des journées de réflexion et partages de récits de naissances;
- **Octobre** : Discussions autour de nos réactions devant certaines interventions médicales et récits d'accompagnements;
- **Novembre** : Présentation de Catherine Avard, herboriste spécialisée en périnatalité. Nous avons découvert les plantes amies des femmes lors de la grossesse;
- **Décembre** : Souper de Noël;
- **Janvier** : Visualisation de notre espace intérieur, introduction d'un bâton de paroles et partages d'accompagnements;
- **Février** : Mylène récite la légende « peau d'âme, peau de phoque » discussion autour de la signification de cette légende et partages de récits de naissance;

- **Mars** : Visualisation, centration autour de l'équinoxe, semis d'une graine d'intention et partage d'accompagnements.

---

## FORMATIONS PARTICULIÈRES AU COURS DE L'ANNÉE 2018-2019

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.

- 5 accompagnantes ont assisté à la formation « *L'approche quantique de la naissance* » avec Karine la sage-femme. Une formation animée dans nos locaux, ouverte à tous qui a eu lieu le 6 mai 2018;
- 3 accompagnantes et animatrices de nos ateliers de préparation à la naissance, ont suivi la formation « *Les fondamentaux* » donnée par dre Bernadette de Gasquet, à La source en soi, à Montréal, en mai 2018;
- Une accompagnante a participé au « *National prison Doula training* », organisée par l'organisme américain *Minnesota Prison Doula Project*. Les objectifs de cet atelier étaient le partage de connaissances et de leçons apprises sur les pratiques d'accompagnement à la naissance en milieu carcéral, ainsi que la création d'un réseau d'accompagnante à la naissance en milieu carcéral;
- La coordonnatrice a assisté à la rencontre « *Sexualité épanouie en contexte de maternage proximal, est-ce possible?* » offerte par le regroupement Naissance-Renaissance, en avril 2018;
- La coordonnatrice ainsi que 2 accompagnantes, ont participé à une table ronde au sujet des violences obstétricales, lors de la semaine de l'accouchement respecté (SMAR), en mai 2018, en compagnie de chercheurs de l'Université de Montréal (UQAM) de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR) ainsi que du Regroupement Naissance Renaissance (RNR);
- La coordonnatrice a participé à un webinaire sur les violences conjugales, par l'institut de santé publique (INSPQ) en novembre 2018;
- La coordonnatrice a assisté à la journée Colloque du Centre d'action bénévole, en novembre 2018;
- La coordonnatrice a assisté à la formation « *Périnatalité et pauvreté* », présentée par la direction de santé publique, en novembre 2018;
- 12 accompagnantes ont assisté à une formation d'une demi-journée, en mars 2019, sur le soutien de la mise en place de l'allaitement maternel par les proches, offerte par une stagiaire de l'UQAR en fin de baccalauréat en sciences infirmières;
- Deux nouveaux membres du conseil d'administration ont suivi la formation de 6 soirées : *Leaders et décisionnelles* offerte par la YWCA.

## COLLABORATIONS

Le Collectif tente de s'impliquer auprès de diverses instances qui concernent la périnatalité.

Ainsi:

- La coordonnatrice et Josyane Lamarche ont rencontré à plusieurs reprises des membres de l'équipe de direction de l'aile féminine de l'Établissement de détention de Québec afin d'établir un partenariat pour l'accompagnement des femmes incarcérées et enceintes. 2 autres accompagnantes se sont impliquées dans ce projet;
- En mars 2018, la coordonnatrice et une bénévole ont rencontré la coordonnatrice de la maison de transition Elisabeth Fry afin de discuter du projet d'accompagnement des femmes détenues et enceintes ;
- En juin, la coordonnatrice et la responsable des bénévoles ont rencontré la psychologue France Dupuis afin d'établir une collaboration pour les femmes qui assistent au groupe JMAMA et qui auraient besoin d'un suivi individuel. De plus, elle s'offre pour soutenir nos animatrices;
- La coordonnatrice est membre du conseil d'administration de Regroupement provincial Naissance-Renaissance (RNR);
- La coordonnatrice est membre de l'équipe de recherche en partenariat sur les diversités culturelles et l'immigration dans la région de Québec (L'ÉDIQ) de l'université Laval <https://www.ediq.ulaval.ca/>;
- La coordonnatrice a accompagné les étudiantes sages-femmes à l'Assemblée nationale, au nom de la coalition pour la pratique sage-femme lors de leur conférence de presse et des représentations auprès de la ministre des études supérieures, pour un meilleur soutien financier pendant leurs stages;
- La coordonnatrice participe plusieurs fois par année à des déjeuners avec le club Rotary de L'Ancienne-Lorette;
- La coordonnatrice a fait différentes représentations auprès d'organismes du réseau de la santé et du milieu communautaire pour mieux faire connaître le Collectif;
- La coordonnatrice et la responsable des bénévoles ont rencontré, en novembre 2018, les responsables du projet « rencontres SPOT pour femmes ». Pour organiser une collaboration lors de l'ouverture d'un point de services pour des soins médicaux pour les femmes marginalisées ou hors du réseau de santé, à la YWCA.
- Avec la Clinique SPOT, le YWCA, la maison de naissance de la capitale nationale et quelques médecins, la coordonnatrice a participé à l'élaboration du projet d'un point de service dédié exclusivement aux femmes à la YWCA. Depuis le 7 février, une clinique a lieu les jeudi après-midi et nous sommes disponibles si une femme enceinte se présente;
- La coordonnatrice et la responsable des bénévoles, en collaboration avec le regroupement des centres amitiés autochtones du Québec (RCAAQ), ont fait une présentation du Collectif et de l'accompagnement à la naissance, dans le cadre du regroupement des intervenants du réseau des centres amitiés autochtones, en novembre 2018;





- La responsable des bénévoles a participé à un reportage de Camille Simard, journaliste pour Radio-Canada, « Pourquoi plus de femmes préfèrent accoucher ailleurs qu'à l'hôpital », en mars 2019

<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1160999/maisons-naissance-domicile-accouchement-femmes-grossesse-quebec?depuisRecherche=true>

## JOURNÉES DE RÉFLEXION

Les journées de réflexion ont eu lieu en mai 2018, 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 36 heures de vie associative intensive. Lors de cet événement, une majorité d'accompagnantes ont participé au moins à une journée et plus de 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 2018, nous avons traité des sujets suivants :

- Activités favorisant l'intimité, le partage et la confiance mutuelle;
- Rituel de revécu de naissance;
- Réflexion sur le Collectif, nos racines, notre présent et notre avenir;
- Réflexion sur le Collectif à l'aube du 35<sup>e</sup> anniversaire;
- Présentation du résumé de la formation « L'approche quantique de la naissance ».



### CONSEIL D'ADMINISTRATION

Lors de l'assemblée générale du 14 juin 2018, 3 nouveaux membres se sont joints à l'équipe et une membre cooptée durant l'année a été élue.

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

- Un parent-utilisateur
- Six accompagnantes

Le conseil d'administration s'est réuni pour 8 réunions régulières et pour l'assemblée générale annuelle de juin. Ils ont échangé plus de 200 courriels en plus d'avoir échangé sur un groupe privé Messenger. La coordonnatrice a toujours été présente aux rencontres.

Leurs préoccupations principales cette année ont été :

- Maintenir la santé financière de l'organisme tout en gardant un fond de sécurité;
- Bien former et intégrer les nouvelles accompagnantes;
- Gérer l'augmentation de la demande d'accompagnement;
- En collaboration avec les employés du Collectif, amorcer un processus de révision des définitions de postes et de tâches, d'évaluation des besoins en ressources humaines pour répondre à la croissance de l'organisme et d'élaboration d'une politique salariale. Ce processus est réalisé en collaboration avec une firme qui offre des services spécialisés en ressources humaines. Le processus se poursuivra au cours de l'année 2019-2020.

Encore cette année, le Collectif est doté d'une équipe dévouée qui a à cœur le bon fonctionnement de notre bel organisme et le maintien des valeurs et de la richesse de notre Collectif.



## GESTION FINANCIÈRE



Nous avons reçu un financement de 119 460 \$ du programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) cette année.



La fondation Saison Nouvelle nous a octroyé 10 000 \$ supplémentaires pour le projet avec l'Établissement de détention de Québec.



Encore cette année, le club Rotary de L'Ancienne-Lorette, grâce aux revenus du Télébingo Rotary, nous a offert un soutien financier de 6 000 \$. Le soutien du Télébingo nous permet de développer de nouveaux projets.



Desjardins nous a offert 1 500 \$ pour le soutien des bénévoles.



La table du Cardinal a offert 1 000 \$.



Le ministre de la Famille nous a offert 1 000 \$.



La fondation *J'ai ma place* qui a fermé ses portes et nous a offert 10 000 \$.

## ENTENTE DE DON ET GRATUITÉ DES SERVICES



Les dons des parents pour le service d'accompagnement sont une source importante de revenus pour nous.

Cette année, le montant provenant des dons des parents est de 42 038 \$ alors que le coût de nos services d'accompagnement est 40 434 \$. L'an passé, nous avons reçu 24 401 \$ de don et le coût de nos services d'accompagnement s'élevait 31 111 \$. La différence s'explique par une augmentation importante de nos accompagnements et de tous nos services comme mentionnés plus tôt dans ce rapport.

Comme pour le service d'accompagnement à la naissance, nous offrons gratuitement les ateliers intensifs de préparation à la naissance, à notre clientèle ayant un faible revenu et/ou bénéficiant du programme OLO. Ainsi pour l'année 2018-2019, c'est 24 familles qui ont bénéficié gratuitement de nos cours de préparation à la naissance.

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!

## 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 de manière régulière sont :

- La coordonnatrice générale pour 35 heures par semaine;
- La responsable des bénévoles pour 30 heures par semaine.

Certaines accompagnantes - animatrices reçoivent un salaire ponctuel pour d'autres tâches que l'accompagnement:

- Une étudiante sage-femme a été embauchée à l'été 2018 pendant 6 semaines à raison de 30 heures par semaine. Parmi ses principaux mandats : faire les accompagnements d'été, soutenir à la mise à jour des documents, répondre aux demandes téléphoniques, par courriel et sur la page Facebook.
- Plusieurs accompagnantes ont animé les ateliers intensifs de préparation à la naissance, le groupe de soutien « *J'ai mal à mon accouchement* » et la formation de base pour devenir accompagnante à la naissance. Elles ont reçu un salaire à titre de travailleuses autonomes.
- Quelques accompagnantes ont travaillé au bilan et à la mise à jour de certaines activités et une accompagnante a fait un peu de soutien administratif pour mettre à jour les statistiques.

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.

## PRIORITÉS POUR 2019 - 2020

- Organiser les fêtes du 35<sup>e</sup> anniversaire du Collectif;
- Dans le contexte de croissance de l'organisme, terminer le processus de révision des définitions de postes et de tâches, d'évaluation des besoins en ressources humaines et d'élaboration d'une politique salariale;
- Trouver de nouvelles sources de financement;
- Maintenir la santé financière;
- Augmenter notre visibilité;
- Afin de ne plus avoir à refuser des accompagnements, maintenir le nombre d'accompagnantes actives;
- Maintenir la cohésion de l'équipe.

