



La
Maison
de la Famille
St-Ambroise

**2019-2020
RAPPORT ANNUEL**

PRÉPARÉ PAR

La Maison de la Famille St-Ambroise
www.mamfsa.org

*3320 Route de l'Aéroport
Québec, Québec G3K 1B7*

MOT DU PRÉSIDENT

par Marc-Antoine Lantagne



L'année 2019-2020 a marqué les 25 ans d'existence de la Maison de la famille St-Ambroise comme organisation communautaire active et dédiée aux individus et aux familles de la ville de Québec. Ainsi, le développement de l'organisation, au cours de cette année, a nécessité un remaniement à bien des égards, qui a été mené de concertation avec les acteurs impliqués et dévoués au sein de la Maison de la famille, notamment : les membres du conseil d'administration, la coordination, les employés et nos chers bénévoles.

La relocalisation de nos locaux dans le secteur Val-Bélair a demandé bien des ajustements sur le plan de la configuration de l'espace pour développer l'offre de nouveaux services adaptés à cette communauté. En ce sens, le conseil d'administration a participé à l'épanouissement de la Maison de la famille St-Ambroise dans son nouveau milieu. Ce dernier a, d'une part, favorisé la mise en place de nouveaux services comme les cuisines collectives et la halte-garderie, deux services qui répondent à plusieurs besoins exprimés dans le secteur. D'autre part, ces services ont nécessité l'ajout de ressources humaines, menant à la bonification de l'équipe de travail : ce sont 3 nouveaux postes qui ont été créés à cette fin. De surcroît, le conseil d'administration s'est impliqué dans l'élaboration de différents comités de travail qui ont établi des modalités diverses pour louer nos locaux, clarifier le contrôle interne des manipulations d'argent et effectuer le recrutement de personnel.

Il est impératif de mettre en lumière le développement de nombreux partenariats avec les nombreuses organisations de la région, soit pour maintenir nos services dans le quartier Loretteville, soit pour bonifier l'accès à différents organismes de la région de Val-Bélair en accueillant des partenaires dans nos locaux.

L'ensemble de ces réalisations n'auraient été possibles sans l'équipe de travail qui se dévoue cœur et âme dans la prestation de services de qualité aux familles et leurs membres. Merci à vous! De même, je tiens à remercier les bénévoles qui se sont investis et qui s'investissent toujours pour la mission de la Maison de la famille St-Ambroise. Un merci tout particulier aux administrateurs, qui offrent beaucoup de leur temps au bon fonctionnement de l'organisation jour après jour. Un autre merci à nos bailleurs de fonds, qui permettent la poursuite et la bonification de nos services. Finalement, un merci tout particulier aux membres et usagers de la Maison de la famille pour la confiance qu'ils portent à l'organisation.

Bonne lecture de ce rapport d'activité de l'année 2019-2020, en espérant qu'il vous permettra d'apprécier les efforts déployés par les individus qui y contribuent.

Marc-Antoine Lantagne
Président du conseil d'administration

*Une année de
changements*

MOT DE LA COORDINATION

L'année 2019-2020 a été, pour la Maison de la famille St-Ambroise (MFSA), une année de changements majeurs. En effet, le déménagement de l'organisation dans des locaux plus spacieux et revampés nous a permis de favoriser la création de nouveaux projets et de nouveaux services. Nous avons donné un souffle nouveau à notre organisation.

Bien sûr, il était impossible de réaliser l'entièreté de ces actions sans la précieuse collaboration de tout le personnel de la MFSA qui, grâce à son implication et à son dévouement, nous a permis de grandir ensemble. Un immense merci à cette précieuse équipe qui a accepté de peindre les locaux durant 21 jours, en plus de contribuer à l'aménagement des lieux. Après des semaines de travaux physiques, elles ont retravaillé tout le contenu des ateliers, collaboré avec les partenaires, participé aux tables de concertation du secteur tout en répondant aux personnes qui avaient besoin de support par le biais des rencontres individuelles et/ou téléphoniques. Mesdames, vous avez accepté haut la main de reprendre les cuisines collectives et de bâtir le service de la halte-garderie et ce, toutes ensemble dans un climat d'entraide. Vous êtes une richesse incroyable, c'est un privilège de vous côtoyer au quotidien.

À nos précieux bénévoles, merci de votre soutien et de votre présence, jour après jour. Merci de faire rayonner la MFSA. Cette dernière a de la chance d'avoir des personnes qui viennent offrir de leur temps afin de veiller à la bonne gestion de l'organisation, pour venir bercer les enfants dans la halte-garderie, pour accueillir une maman en lui ouvrant la porte avec un sourire ou pour développer notre site internet et notre serveur, parce que vous souhaitez partager votre expertise. Merci d'y investir votre cœur et votre énergie.

Merci aux collaborateurs communautaires qui sont venus bonifier notre programmation et nos services en y apportant leur expertise. Notre complémentarité a permis de développer un modèle unique d'intervention qui a su faire une différence auprès de nombreuses personnes et familles de la ville de Québec.

Merci à tous les partenaires financiers, entreprises privées et généreux donateurs d'avoir choisi la Maison de la famille St-Ambroise. Vous nous avez permis de prendre soin de nos bénévoles, de maintenir nos services et de revitaliser de nos locaux grâce aux matériaux gracieusement offerts. Vous nous avez prêté main-forte lorsque nous avons demandé de l'aide et vous avez toujours été présents. Vous nous avez permis de créer une deuxième maison pour beaucoup de familles qui en avaient besoin.

L'année 2019-2020 a été une année de changements, mais l'implication de chacun a rendu les choses beaucoup plus faciles.

" Parce que seul nous allons plus vite, mais qu'ensemble nous allons plus loin " Proverbe africain

Isabelle Mongrain
Coordonnatrice

LES DOUZE MOIS DE L'ANNÉE SONT...

JUIN 2019

- Formation du nouveau CA dynamique et impliqué, composé de sept administrateurs complémentaires dans leurs forces.
- Début des travaux de rénovation dans la nouvelle MFSA. Ces derniers perdureront jusqu'à septembre 2019.
- Début de notre implication à la **Place éphémère** de la rue Racine. Au cours de l'été 2019, la Maison de la famille St-Ambroise a proposé diverses activités éducatives sur la Place éphémère de la rue Racine. Une programmation d'activités gratuites était offerte sur plusieurs semaines : animation de lecture en plein air, parcours psychomoteurs, bacs sensoriels, etc. Le but d'offrir des activités était de rejoindre des familles qui ne fréquentaient pas les CPE et services de garde. Ces activités permettent d'effectuer des actions préventives afin de maximiser les conditions de succès et de transition scolaire des enfants de 0 à 10 ans. Elles nous ont également donné l'opportunité de rejoindre des familles en situation de vulnérabilité et de leur offrir des services complémentaires adaptés à leurs réalités (suivis individuels offerts par la MFSA, référencement vers d'autres partenaires afin de répondre aux besoins exprimés, participation à nos activités régulières favorisant l'éveil à la lecture, écriture, mathématiques, etc.). Au total, c'est plus de **300 personnes** qui ont été rejointes par ces activités.
- Arrêt du service des ateliers de groupe et de la halte-garderie du mois de juin 2019 au mois de septembre 2019 afin de préparer le déménagement. Seuls les services de consultations individuelles et les animations sur les Places éphémères sont maintenues.

LES DOUZE MOIS DE L'ANNÉE SONT...

JUILLET 2019

- Début des travaux de peinture grâce à une commandite importante de Bétonel. Ces travaux dureront 21 jours.
- Animation de la Place aux tout-petits, une Place éphémère située à Val-Bélair.



AOÛT 2019

- Caroline Roy, plâtrière, accepte de plâtrer les murs de la MFSA et y planche durant près de deux semaines. Elle offre gracieusement une partie de son temps de travail.
- Madame Mélanie Bernier se joint à l'équipe de travail en tant qu'intervenante des services aux adultes.
- Les travaux de peinture se poursuivent. Le IGA CONVIVIO met à notre disposition quatre employés pour venir peindre la cuisine de la MFSA.
- 27 août 2019 : Déménagement dans nos nouveaux locaux. On défait des boîtes!



LES DOUZE MOIS DE L'ANNÉE SONT...

SEPTEMBRE 2019

- 21 septembre 2019 : **Grande ouverture** de la MFSA, qui rejoint alors près de **200 personnes**.



LES DOUZE MOIS DE L'ANNÉE SONT...

OCTOBRE 2019

- Reprise de l'offre de service régulière (suivis individuels, ateliers de groupe enfants et adultes). En moyenne, ce sont près de **100 personnes**, tous âges confondus, qui bénéficient chaque mois de nos différents services.
- Grâce à une collaboration avec le CIUSSSCN, la Maison de la famille St-Ambroise devient le lieu d'accueil des cuisines collectives de Val-Bélair, tout en offrant le service de la halte-garderie gratuitement aux parents qui utilisent le service de cuisines collectives. Deux groupes distincts sont formés. Un troisième sera ajouté en février 2020 en réponse à la forte demande.
- Madame Marie-Hélène Dubé se joint à l'équipe en tant qu'éducatrice, pour démarrer un service régulier de halte-garderie grâce à l'obtention d'une subvention provenant du programme « Les services intégrés en périnatalité et pour la petite enfance SIPPE » et destinée spécifiquement à la création d'une halte-garderie. Ce service sera développé au cours des semaines suivantes afin de répondre le plus possible aux besoins de la communauté, notamment en regard des heures d'ouvertures, de la tarification, des documents utilisés, etc.
- Début du partenariat avec **Mamie-Lait** afin de faire la vente de tire-lait à même la MFSA.
- Partenariat avec **Aide à la communauté à Loretteville** : nous allons offrir l'atelier « Brin de jasette » directement dans leurs locaux afin de maintenir une offre de service dans le secteur de Loretteville. Ce partenariat nous permet de doubler le nombre de personnes profitant de ce service, celui-ci passant de **12 à 24 personnes**.
- Début de l'atelier sur l'estime de soi offert par l'**Association Canadienne de la santé mentale, dans les locaux** de la MFSA.

LES DOUZE MOIS DE L'ANNÉE SONT...

NOVEMBRE 2019

- Les services de la halte-garderie sont officiellement lancés. Au total, **31 enfants** seront inscrits au service de la halte-garderie de novembre 2019 à mars 2020.
- L'**Amarrage** commence à offrir des suivis individuels dans nos locaux.
- L'événement « Portes ouvertes » de la Maison de la famille St-Ambroise permet de présenter nos nouveaux locaux.

DÉCEMBRE 2019

- Madame Catherine Gagnon se joint à l'équipe. Elle est embauchée à titre d'intervenante de groupe suite à une demande importante dans les services.
- C'est le début de notre partenariat avec le **Club Rotary de Val-Belair** : remise d'une somme d'argent pour l'installation d'une rampe d'accès et distribution de six boîtes repas pour des familles qui fréquentent la MFSA.
- **Centraide** a fait une collecte de jouets en collaboration avec la **Banque BMO**, ce qui nous a permis d'offrir un présent à tous les enfants lors de notre fête de Noël.
- Cette superbe **fête de Noël** nous a permis d'offrir une belle activité à **32 enfants et 24 parents**.

LES DOUZE MOIS DE L'ANNÉE SONT...

JANVIER 2020

- Un nouveau site internet et de nouveaux outils informatiques sont développés grâce à l'implication de madame Mélanie Frenette, une personne extrêmement polyvalente et dévouée. Mélanie continuera à fournir son expertise pour le volet informatique auprès de la MFSA au cours des prochains mois.
- Une collaboration avec l'école primaire **Jules-Emond est établie**. Ce partenariat nous permettra de travailler main dans la main pour favoriser la transition scolaire des enfants fréquentant la Maison de la famille St-Ambroise.

FÉVRIER 2020

- Madame Anika Bolduc se joint à l'équipe en tant qu'intervenante.
- Il y a mise en place d'un système de communauté de pratique dans la Haute-Saint-Charles en collaboration avec plusieurs partenaires. Ce groupe permet aux professionnels de la Haute-Saint-Charles de se concerter et d'échanger sur des pistes d'intervention afin d'offrir des services de qualité auprès des citoyens.
- **Le Pavois** offre un atelier intitulé « l'autogestion de l'anxiété » dans nos locaux et rejoint **12 participants**.
- **L'Amarrage** offre des ateliers dont le thème est « Prendre soin de soi » et rejoint **7 participants**.
- Le **Carrefour Jeunesse Emploi Chauveau** viendra dorénavant offrir ses services à même les locaux de la MFSA.

LES DOUZE MOIS DE L'ANNÉE SONT...

- Le dîner spaghetti organisé par les Chevaliers de Colomb de Loretteville et de Val-Bélair nous permet de récolter près de 1200 \$ au profit de la Maison de la famille St-Ambroise.

MARS 2020

- Adaptation de nos services en raison du COVID-19.
- Mise en place d'une infolettre présentant différentes idées d'activités à réaliser durant le confinement, pour les personnes de 0 à 99 ans.
- Développement d'un répertoire des ressources d'aide en temps de confinement.
- Maintien des suivis individuels par le biais de rencontres téléphoniques et via visioconférences.
- Confirmation d'un financement pour le programme des services intégrés en périnatalité et pour la petite enfance (SIPPE) afin de faire l'embauche d'une seconde éducatrice au sein de la halte-garderie.

Groupes parent-enfant

Grâce à un partenariat avec l'IRC-CN, nous avons pu proposer plusieurs ateliers aux parents et aux enfants de 0 à 5 ans. Au cours de la dernière année, le contenu de l'ensemble des activités a été actualisé afin de favoriser le bien-être des parents et le développement global des enfants de 0 à 5 ans. Ces ateliers avaient également comme objectifs de faciliter la transition vers la maternelle et d'offrir un lieu d'appartenance pour toutes les familles.

Matinée énergie (groupe ouvert)

- Milieu de vie, discussions entre parents, massage bébé, etc.

Récréo-famille (groupe ouvert)

- Bricolages, parachute, parcours psychomoteurs, lectures animées, etc.

Voyage en milieu scolaire (groupe ouvert)

- Apprentissage des chiffres, de l'alphabet, des couleurs, lectures animées, bricolages, etc.

Jouons avec les mots (groupe fermé)

- Ateliers parent-enfant ayant pour but de proposer des stratégies pour accompagner le parent dans le développement du langage de l'enfant. L'atelier est animé par une orthophoniste et une intervenante de la Maison de la famille St-Ambroise. Ce service a été offert grâce à la collaboration de plusieurs partenaires communautaires.

Au total, ce sont **197 parents** et **246 enfants** qui se sont présentés à l'ensemble de ces quatre services (pour un total de **443 participations** aux activités parent-enfant).

Services enfance-famille

Halte-garderie

- Service offert les lundis, mercredis et vendredis de 8 h à 16 h. Ce service est offert à tous les parents de la Haute-Saint-Charles et des environs. L'inscription est obligatoire. Des frais peuvent être exigés. Au total, **181 présences** ont été répertoriées à la halte-garderie sur une période d'activité de 49 jours (de novembre 2019 à mars 2020).

Tire-lait

- Grâce à une collaboration avec l'organisme **Mamie-Lait**, la MFSA est devenue un point de vente de tire-lait. Madame Sophie Roth, intervenante à la MFSA, a été formée afin de conseiller les parents sur l'achat du meilleur tire-lait en fonction de leurs besoins. Elle peut également référer les parents vers les ressources appropriées en cas de difficultés au niveau de l'allaitement. Au total, **5 personnes** ont été rencontrées pour la vente d'un tire-lait.

Services de groupe 0-99 ans

Au cours de la dernière année, la Maison de la famille St-Ambroise a eu le privilège d'accueillir des partenaires qui ont animé plusieurs ateliers auprès de la communauté de la Haute-Saint-Charles. Ces partenariats ont permis d'offrir une gamme de services diversifiés et complémentaires auprès de la communauté de la région. Nous souhaitons les remercier pour leur collaboration exceptionnelle.

Cuisines collectives (groupe fermé)

- Les cuisines collectives permettent de cuisiner en groupe afin de faciliter la planification des repas et de développer des techniques culinaires tout en ayant du plaisir. Plusieurs groupes sont créés afin de répondre aux besoins de tous (personnes seules, familles, hommes). Ce service est offert une fois par mois pour chacun des groupes. Le coût est de 25 \$ pour 20 portions. Possibilité de bénéficier du service de la halte-garderie tout à fait gratuitement. Au total, **13 personnes différentes** ont participé aux cuisines collectives.

Brin de jasette (groupe ouvert adulte)

- Groupe de discussion pour les gens qui souhaitent converser, rencontrer d'autres personnes et sortir de chez eux. Le coût est de 2 \$ par activité. Au total, ce sont **24 personnes différentes** qui ont participé à cette activité. Les groupes sont offerts à deux endroits :
 - Aide à la Communauté et services à domicile : 14, rue Saint-Amand, Québec (Québec) G2A 2K9 (dans le secteur de Loretteville)
 - La Maison de la famille St-Ambroise (dans le secteur de Val-Bélair)

Services de groupe 0-99 ans | Suite

Ateliers psychoéducatifs (groupe fermé)

Offerts par L'Amarrage au coût de 2 \$ par activité, les ateliers psychoéducatifs porteront sur les thématiques suivantes :

- Vivre avec les autres : un défi!
- Peur et tristesse à la diète au profit de la joie
- Budget d'énergie
- La culpabilité : un fardeau inutile
- Les nids de poule de la communication
- Refouler ou exploser : des alternatives
- Communiquer : trouver sa voix
- Donner un sens à sa vie
- Rythmes de base
- Prendre soin de soi, c'est quoi ça? (7 participants)
- Suivre mon radar interne
- S'épargner de la souffrance : mode d'emploi

Ateliers sur l'autogestion de l'anxiété (groupe fermé)

- Offert par **Le Pavois** au coût de 2 \$ par activité, l'atelier d'autogestion de l'anxiété s'adresse aux personnes dont le fonctionnement ou les activités quotidiennes sont entravés par un trouble anxieux et qui souhaitent trouver des moyens d'atténuer son emprise. Ce groupe est composé de 12 participants.

Développement de l'estime de soi

- Offert par l'Association Canadienne de la santé mentale, 12 personnes ont bénéficié de ce service.

Atelier intitulé : Et si je m'occupais de mon stress

- Offert par la MFSA, ce sont 22 personnes qui ont participé à cet atelier.

Groupe d'achats

- Offert par la MFSA, 7 personnes ont participé à ce groupe.

Au total, ce sont 90 personnes différentes qui ont été rejointes par les services de groupe 0-99 ans.

Service de consultations individuelles

Au cours de la dernière année, nous avons actualisé ce service, notamment par la mise en place d'un service d'évaluation des besoins et l'embauche d'un consultant externe effectuant la supervision clinique des intervenantes. Nous avons également amélioré ce service afin de répondre d'avantage à notre mission auprès des familles de la ville de Québec.

Service de consultations individuelles

- La tarification varie entre 0 \$ et 10 \$ par consultation. Ce service s'adresse aux personnes qui vivent des difficultés personnelles. Un premier contact avec une intervenante permet d'évaluer les besoins de la personne. Il sera possible, par la suite, d'obtenir des rencontres individuelles, sur rendez-vous, avec cette dernière. Diverses pistes d'actions ou des solutions seront proposées afin d'aller vers un mieux-être.

Le service d'écoute téléphonique a également été offert tout au long de la dernière année auprès des la clientèle 0-99 ans. Au cours de la prochaine année, nous souhaitons continuer à développer ces services et diminuer la liste d'attente.

Au total, environ une centaine de suivis individuels et de rencontres téléphoniques ont eu lieu dans la dernière année.



Merci de tout coeur

NOS BÉNÉVOLES

Tout au long de l'année, nous avons eu la chance de pouvoir compter sur de nombreux bénévoles attentionnés qui nous ont non seulement permis de maintenir nos services réguliers, mais qui ont également contribué à la revitalisation des locaux de la Maison de la famille St-Ambroise. Un merci tout particulier à madame Lucienne Clément pour ces 13 belles années de bénévolat avec nous.

Bénévoles réguliers : 27

Bénévoles spécifiques à la revitalisation des locaux : 17



Lucienne Clément
1941-2020

Un grand merci !



Concertation du secteur enfance-famille

- Comité 0-11 ans
- Triple P
- Comité Co-pères : approche novatrice auprès des pères
- Comité Jeux libres : formation sur les approches novatrices en lien avec les jeux, approche auprès des enfants
- Comité transition scolaire H2G0 : projets de boîtes à lunch santé et formation sur les fonctions exécutives
- Comité Jouons avec les mots
- Coop d'initiation à l'entrepreneuriat collectif de Val-Bélair

Concertation du secteur adulte

- Table en sécurité alimentaire
- Développement d'un modèle de co-développement en lien avec les approches préconisées en santé mentale
- Group'Action Val-Bélair (mise en place des festivités du 10^e anniversaire du GAVB) : sondage sur les besoins des citoyens et développement de projets communautaires pour la communauté de Val-Bélair
- Comités des Places éphémères pour l'été (déploiement de nos activités directement dans les Places éphémères)
- Parlons Loretteville : développement de projets communautaires pour la communauté de Loretteville

Partenariats

- Chevaliers de Colomb
- Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale
- Commission scolaire de la Capitale
- Centre de la petite enfance ORAK
- Écoles Jules-Émond et Amédée-Boutin
- L'Amarrage
- Le Pavois
- Maison Le Tournesol
- Mamie-Lait
- Carrefour jeunesse-emploi Chauveau
- Relevailles Québec

BAILLEURS DE FONDS

À la Maison de la famille St-Ambroise, nous souhaitons continuer à bonifier l'offre de service de prévention et d'intervention sur des déterminants en matière de santé et de services sociaux, et ce, avec des partenaires précieux qui nous permettent de réaliser l'ensemble de nos actions. Nous tenons à remercier chacun d'entre eux pour l'ensemble des partenariats établis au cours de la dernière année.

- Ministère de la Famille
- Centraide
- Les Chevaliers de Colomb - Conseil Montcalm 5529
- Les Chevalier de Colomb de Val-Bélair
- Avenir d'enfants
- Club Rotary de Val-Bélair et de Ste-Foy
- Service Canada - Programme emploi été Canada
- Instance régionale de concertation de la Capitale-Nationale

