



# Re·Fa·Vie

Rapport annuel 2022-2023





# Re·Fa·Vie

## LA MISSION

Ressources Familiales la Vieille Caserne de Montmorency est un organisme communautaire autonome qui s'adresse aux familles de Beauport et plus spécifiquement aux personnes vivant dans le secteur Montmorency. Par la promotion d'activités et de services à caractère économique, éducatif et social, l'organisme soutient le développement des habiletés et l'implication des familles dans l'amélioration de leur qualité de vie et de celle de leur milieu.

Au fil des années, Re-Fa-Vie est devenu un milieu de vie pour les familles de Beauport. Les membres décrivent l'organisme comme leur deuxième maison, leur deuxième famille. L'organisme a su au fil des ans devenir un réel point d'ancrage dans le quartier. Nous adhérons au dicton disant qu'il faut une communauté pour élever un enfant. De par son identité de milieu de vie et de par le sentiment d'appartenance de ses membres, Re-Fa-Vie se retrouve à être un membre de cette communauté entourant l'enfant. Plus qu'une ressource pour les familles, Re-Fa-Vie est une famille pour les citoyens et les citoyennes du quartier Montmorency et de Beauport.

"N. B. Il est à noter que le genre féminin a été utilisé dans ce document puisque la très grande majorité des membres de Re-Fa-Vie sont des femmes."

# MOT DE LA PRÉSIDENTE

Il est toujours difficile de faire le résumé d'une année dans notre bel organisme : 52 semaines de travail acharné, 365 jours de travail de cœur, fait par une équipe, des bénévoles et des membres qui ont Re-Fa-Vie tatoué sur le cœur. C'est ce qui me vient en tête instantanément quand je tente de faire un récapitulatif des 12 derniers mois !

Peu importe les défis, peu importe les obstacles, peu importe les tempêtes, tous ceux qui font partie de Re-Fa-Vie ont tellement à cœur le bien-être de l'organisme, qu'ils sont prêts à tout donner pour faire avancer ce beau grand bateau qu'est Re-Fa-Vie.

Il faut dire que l'organisme, grâce à ses employées ainsi qu'à ses bénévoles et partenaires, fait office de famille pour la plupart de ses membres. Re-Fa-Vie est la maison accueillante et chaleureuse que tout le monde a besoin, avec ses p'tites mamans toujours prêtes à écouter, conseiller, aider ou nourrir ses p'tits poussins !

Pour l'année en cours, on peut la résumer en disant qu'elle a été riche en émotions et en apprentissages. Certaines valeurs fondamentales de l'organisme ont été mises de côté pour réagir en urgence pendant les années de pandémie. Maintenant que c'est derrière nous, nous devons mettre à jour nos façons de gérer l'organisme tout en mettant de l'avant nos valeurs intrinsèques et en s'assurant que nos faits et gestes sont représentatifs de qui nous sommes.

Pour conclure, si on nous demandait ce qui s'en vient pour Re-Fa-Vie dans la prochaine année, il serait difficile de dire précisément ce que nous accomplirons. Mais une chose est certaine, tous les employées et membres du CA seront d'accord : nous serons ensemble, main dans la main, bras dessus, bras dessous, à porter Re-Fa-Vie vers en avant.



# CONSEIL D'ADMINISTRATION

Chères / chers membres, partenaires et ami.es de Re-Fa-Vie. Merci encore une fois d'être avec nous dans ce bel organisme que nous aimons tant. Nous sommes choyé.es d'avoir parmi nous des membres impliqué.es, des bénévoles proactives, des partenaires qui croient en nous ainsi que des employées passionnées. Séparément, nous sommes des humains uniques. Mais ensemble, nous sommes une équipe du tonnerre avec qui il est tellement plus facile d'avancer, une équipe qui croit en l'avenir, qui n'a pas peur de se retrousser les manches et qui se soutient.

Personne ne peut prédire l'avenir, rien n'est certain dans le futur, sauf une chose : nous sommes convaincu.es qu'avec les valeurs profondes que nous partageons, additionnées de la passion qui anime les intervenantes et les membres du CA, nous allons tout faire pour que Re-Fa-Vie continue encore et encore sa mission d'aider les familles du quartier.

Encore une fois, mille merci de continuer de nous appuyer et de participer à la trépidante aventure refavienne !

**Stéfanie**



# L'ÉQUIPE DE FEU



## MARIE-ÈVE

Doyenne de Re-Fa-Vie, elle est celle qui nous accueille avec le sourire à l'organisme. Passionnée de l'enfance et de périnatalité, elle anime Materne Maman et conseille les mamans, enceintes ou nouvellement mamans, et est toujours disponible pour une jasette sur les enjeux avec les enfants plus vieux.



## MARIE

Marie est telle une petite souris, discrète dans la cuisine mais qu'on ne peut ignorer. Gardienne du garde-manger et ricanieuse, pleine d'empathie, Marie accompagne les groupes dans l'élaboration de bons petits plats.



## MÉLANIE

Mélanie est passionnée de nature et entraîne les enfants de la halte-garderie dans l'exploration de leur environnement. Douce, elle accueille les enfants dans leurs émotions et les guide dans leurs apprentissages.



## SARAH

Pour certaines, Sarah est une nouvelle tête mais les anciennes sauront que c'est un retour au bercail pour cette ancienne employée. Elle anime les Jouons Ensemble avec entrain et elle est toujours prête pour de nouvelles aventures. Sa devise ? « On le fait !! » (Ou pas, Sarah.)



## ALICE

Petite nouvelle à l'organisme, Alice anime Materne Maman avec Marie-Ève. Calme, observatrice, mais ricaneuse, elle a à cœur de mettre en pratique le par, pour et ensemble. Engagée, elle est prête à défendre toutes les causes chères à son cœur.



## MICHÈLE

Présente physiquement à temps partiel mais de cœur à temps plein, Michèle aide les mamans allaitantes avec des conseils et une bonne dose d'empathie. Elle a toujours une approche positive de la parentalité dans son ensemble.



## ANNE

Depuis 10 ans, Anne accueille petit.es et grand.es à Re-Fa-Vie. Pas une cascade, pas une blague, pas un costume n'auront résisté à sa folie contagieuse. Après plusieurs années à l'animation des ateliers parents-enfants, elle est passée derrière l'ordinateur. De nouveaux défis l'attendent à l'extérieur de Re-Fa-Vie mais nous garderons dans nos cœurs notre loutre grognonne !



## MARIE-HÉLÈNE

Pendant deux ans, Marie-Hélène s'est occupée de remettre Re-Fa-Vie sur la carte de Beauport en s'impliquant sur les nombreuses tables de concertation et de sortir l'organisme de la pandémie. Ses objectifs atteints, elle nous quitte vers de nouveaux défis. Bonne chance dans tes multiples projets!



## VIRGINIE

Virginie a su accueillir au Milieu de Vie les nouvelles familles avec toute sa délicatesse et sa grande sensibilité. Elle a su mener à bien le grand projet de notre 20<sup>ème</sup> « ReFaViVersaire » avec un professionnalisme et une écoute des différentes idées. Ses pas l'ont menée vers de nouveaux défis. Merci pour tout Virginie !

# MERCI

## NOS BÉNÉVOLES

C'est grâce aux multiples implications et aux diverses petites attentions bienveillantes des membres que l'équipe de travail a pu passer au travers de cette période houleuse. Vous avez été tout simplement magiques!

Merci du fond du cœur pour votre soutien inconditionnel, vos idées géniales, vos douces surprises, vos petits et grands projets, vos bras toujours prêts à aider, vos rires qui accompagnent nos folies, votre authenticité et votre présence chaleureuse!

Merci à :

**Josée Pelletier, Cathy Girard, Sacha Noël et Éric Beaulieu** pour votre présence et votre implication inébranlables à la distribution des denrées de Moisson Québec.

**Cathy Girard** qui manie d'une main de maître le tri et l'entretien de Fripe Alors, secondée de **Josée Pelletier** et **Yannick Barrette**, pour offrir à nos clients une expérience fabuleuse de magasinage seconde main!

**Jocelyne Blais, Myriam Vallée, Isabelle Deshaies et Catherine Giroux** pour leur soutien dans les cuisines collectives!

**Marie-Ève Pimparé, Sacha Noël, Céline Gendron, Jessica St-Amour, Naomie Paquet, Coralie Nadeau, Rebecca Belzile et Rachel ...** pour leur implication à la halte-garderie! Vos paires de bras sont grandement appréciées pour bercer nos nombreux bébés!

**Marie-Eve Pimparé**, notre passionnée de lecture qui a mis sur pied notre Croque-livre géant et qui s'en occupe avec amour à toutes les semaines!

**Luc Courchesne** pour son implication à la fête de Noël.

Aux **membres du conseil d'administration** que vous connaissez déjà et qui font un travail colossal pour soutenir l'équipe de travail et veiller au maintien des orientations et objectifs de l'organisme. Vous êtes incroyables!

Un dernier merci au **YMCA** et à **Équijustice** pour leur précieuse collaboration!

**Les membres bénévoles ont donné plus de 800 heures de leur temps et d'incalculables litres de jus de bras pour faire de Re-Fa-Vie l'organisme magnifique qu'il est!**



MERCI POUR VOTRE SOUTIEN À NOTRE MISSION!



# IMPLICATIONS ET CONCERTATIONS

Cette année encore, Re-Fa-Vie s'est impliqué sur diverses tables de concertation dans le but d'améliorer la communauté, à savoir :

**MEMBRE DU  
CLUB ROTARY DE  
BEAUPORT**

**TABLE  
ALIMENT'ACTION  
BEAUPORT**

**TABLE DE  
CONCERTATION  
HABITATION DE  
BEAUPORT**

**TABLE EN  
DÉVELOPPEMENT  
LOCAL DE  
BEAUPORT**

**COMITÉ MILIEU DE  
VIE MONTMORENCY**

**BEAU PORT  
D'ATTACHE**

**CORPORATION DE  
DÉVELOPPEMENT  
COMMUNAUTAIRE DE  
BEAUPORT (CDCB) :  
MEMBRE DE LA  
CDCB ET MEMBRE  
DU CONSEIL  
D'ADMINISTRATION**

**MEMBRE DE  
L'ASSOCIATION DES  
HALTES-GARDERIES  
COMMUNAUTAIRES  
DU QUÉBEC**

**MEMBRE DU  
REGROUPEMENT  
DES ORGANISMES  
COMMUNAUTAIRES  
DE LA RÉGION  
03 – ROC 03**

**MEMBRE DU  
REGROUPEMENT  
DES ORGANISMES  
COMMUNAUTAIRES  
FAMILLES 03**

**TABLE DE  
CONCERTATION  
RÉGIONALE EN  
PÉRINATALITÉ**

**MEMBRE DE  
MOUVEMENT  
ALLAITEMENT  
QUÉBEC**

# LES CUISINES COLLECTIVES

## UNE ANNÉE DE CUISINES COLLECTIVES DIVERSIFIÉES

Une année de cuisines collectives diversifiées ! D'avril 2022 à mars 2023, les cuisines collectives de Re-Fa-Vie ont roulé à plein régime ! En effet, les groupes de cuisine collective réguliers ont été augmentés à 7 membres au lieu de 6 afin de répondre à la demande grandissante. En plus de ces derniers, nous avons tenu des journées de cuisine de purées, de cuisine DME (alimentation autonome de l'enfant) et de cuisine du monde où une membre et son conjoint sont venus nous faire découvrir une recette typiquement mexicaine pour le grand bonheur gustatif des 11 adultes et 12 enfants participants.

De plus, nous avons tenu deux cuisines solidaires nous ayant permis d'offrir des plats nutritifs préparés pour les personnes du quartier. En effet, nous sommes très fières de souligner que Re-Fa-Vie offre maintenant un nouveau service aux citoyens et citoyennes de Beauport et plus



particulièrement du quartier Montmorency. À l'automne 2022, nous avons ainsi inauguré notre Frigo-Partage juste à côté de la porte de l'organisme, nous permettant d'offrir de bons petits plats à la communauté, d'éviter le gaspillage alimentaire et donnant aussi l'occasion de venir y déposer de la nourriture. Les cuisines solidaires ont également permis d'offrir des plats cuisinés à des femmes enceintes du quartier, en post-natal ou à des membres vivant une période plus difficile. Un congé de repas est toujours apprécié !





La cuisine de Re-Fa-Vie a également été l'hôte de groupes préscolaires et secondaires. Ces derniers, dans le cadre d'un projet scolaire de cuisine partage de l'École secondaire de la Courvilloise, sont venus concocter des recettes à offrir aux élèves qui n'avaient pas de repas à l'école. Quant aux groupes préscolaires de l'École Freinet de Québec – Bâtiment des Chutes, ceux-ci ont contribué à garnir le Frigo-Partage en préparant de délicieux sandwiches, en plus d'effectuer différentes tâches de bénévolat dans l'organisme.

Les objectifs des cuisines collectives sont de lutter contre la pauvreté, briser l'isolement et développer de nouvelles compétences et habitudes alimentaires. Chaque groupe de cuisine reçoit de Re-Fa-Vie la somme de 4\$ par personne dans la famille et les participantes contribuent aussi à raison de 4\$. Chacune trouve

et concocte, avec l'aide des autres membres de son groupe, une recette pour le nombre total de portions des ménages du groupe. Les participantes s'engagent à 2 rencontres par mois : une pour planifier leurs recettes et l'autre pour cuisiner. Elles s'alternent également pour effectuer la distribution des denrées de Moisson Québec. Nous comptons 6 groupes de jour dont chacun est composé de 7 membres.

Au total, cette année, nous avons eu un total de 42 participantes, 360 recettes cuisinées et 1473 portions.

Encore une fois, un extraordinaire merci à Moisson Québec pour son important soutien auprès de nos familles participantes, sans quoi les cuisines collectives ne pourraient avoir lieu, ainsi qu'aux bénévoles dévouées qui ont gentiment mis la main à la pâte lors de certaines cuisines.



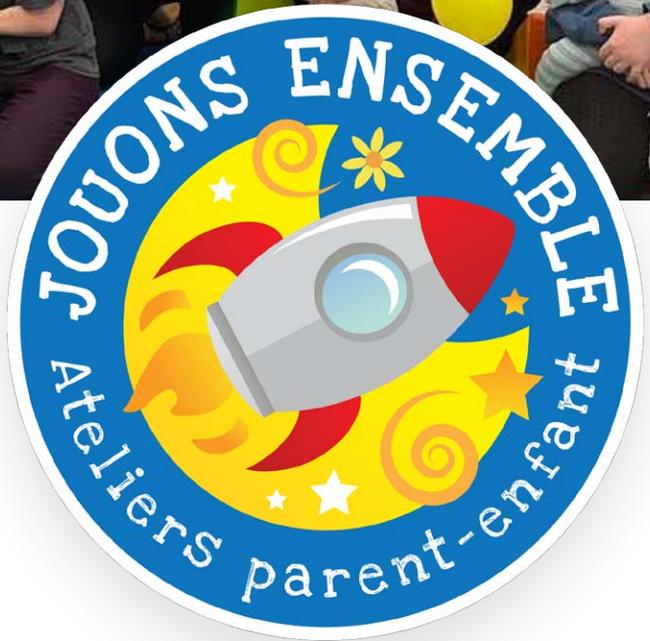


ATELIERS

# JOUONS ENSEMBLE

ENCORE CETTE ANNÉE, LA GRANDE AVENTURE DES ATELIERS PARENTS-ENFANTS *JOUONS ENSEMBLE* S'EST POURSUIVIE, POUR LE BONHEUR DES PETIT.ES ET DES GRAND.ES.

Les objectifs de ces ateliers sont d'offrir un moment de qualité et de plaisir aux parents et à leur enfant afin qu'ils le recréent à la maison, de donner aux parents l'occasion d'en apprendre davantage sur les étapes du développement de leur enfant dans l'optique qu'ils aient des attentes réalistes envers eux et, finalement, de stimuler tous les domaines de développement lors de chaque atelier afin d'outiller les parents en matière d'activités susceptibles d'intéresser leurs enfants.



Ainsi, entre mars 2022 et avril 2023, 3 sessions d'ateliers ont été offertes pour les bébés de 0-12 mois, 2 pour les tout-petits de 12 à 30 mois et 3 pour les plus grands de 2 ans et demi à 4 ans. Au total, 68 familles différentes ont pu bénéficier de ces moments privilégiés à travers les 78 ateliers leurs qui ont été offerts.

Une sortie à la piscine a également eu lieu dans le cadre des ateliers et ce fut un réel plaisir, pour les mini, les petit.es et les grand.es, de s'amuser dans l'eau! Certain.es ont même été initié.es à la baignade lors de cette activité!

Nous devons avoir deux ateliers de *Jouons ensemble avec les mots*, mais malheureusement, faute d'inscriptions, nous avons dû annuler ces deux sessions.

En ce qui a trait aux ateliers *Jouons ensemble avec les mots à l'école*, nous avons parti deux cohortes durant l'année 2022-2023. La première session eu lieu à l'école Freinet où 5 familles ont pu bénéficier du programme. En mars 2023, une deuxième session a vu le jour avec la collaboration de l'école Le Rucher et cette fois-ci, ce sont 4 familles qui ont pu en profiter.

De plus, depuis l'an passé, nous avons travaillé sur un nouveau projet qui donnera aux papas l'occasion de partager des activités ludiques et d'apprentissages avec leurs enfants.

En effet, très peu de papas ont l'occasion de participer aux « Jouons ensemble » à Re-Fa-Vie en raison du travail ; nous avons alors

décidé de faciliter le processus en amenant les « Jouons ensemble » directement à la maison!

C'est donc pour cette raison que nous avons développé les boîtes d'ateliers « *Jouons ensemble avec papa* » contenant un livret explicatif et tout ce qu'il faut pour réaliser 5 activités stimulantes touchant les 4 domaines de développement de l'enfant.

Nous sommes très fières d'annoncer que ce projet est maintenant sur pied et que le recrutement des papas et la distribution des boîtes sont déjà enclenchés.

Re-Fa-Vie tient à remercier chaleureusement l'IRC Capitale-Nationale pour le financement des *Jouons ensemble avec les mots* pour l'aide financière apportée aux ateliers *Jouons ensemble!*



# MATERNE MAMAN

**UNE PREMIÈRE ANNÉE COMPLÈTE POUR CE PROGRAMME, POUR CE VILLAGE!**

Materne Maman se veut une offre de services communautaires en périnatalité qui vise à agir en lien avec les déterminants de la santé de la mère, du nourrisson et de toute la famille pendant la grossesse et la première année de vie de l'enfant. Nous adhérons au dicton disant qu'il faut une communauté pour élever un enfant.

De par son identité de milieu de vie et par le sentiment d'appartenance des familles à Re-Fa-Vie, notre organisme se retrouve à être un membre de cette communauté entourant l'enfant. Le but est également de bonifier le réseau de soutien autour de la mère en brisant son isolement et en favorisant la création de liens entre les mamans.

**L'offre de Materne maman regroupe divers activités et services pour s'assurer que la maman ait réponse à tous ses besoins, autant au niveau psychosocial que matériel, pendant la grossesse et en post natal :**

**Groupe Jasons-bedons**, pour toutes les préoccupations liées à la grossesse et l'accouchement

Voici quelques-uns des thèmes abordés : mes droits de femme enceinte ; mon plan de naissance ; mes peurs face à l'accouchement et la gestion de la douleur ; le périnée, ce grand oublié ; lien d'attachement et angoisse de séparation ; les premières heures et jours avec mon bébé ; l'allaitement, les maux de grossesse, etc.

**Groupe Jasons-poupons**, pour toutes les préoccupations liées au post-natal ainsi qu'au développement du bébé



Voici quelques-uns des thèmes abordés : Le développement neuro-moteur ; histoires de naissance ; la parentalité seule ou à deux ; la charge mentale ; le développement du langage ; la sexualité quand on est parent ; les bébés-anges ; le lien d'attachement et l'angoisse de séparation ; etc.

**Matinées lactées**, groupe de soutien par rapport à l'allaitement et l'alimentation



**Cuisines collectives** adaptées aux femmes enceintes ainsi qu'aux mamans en post-natal (groupes au rythme plus lent avec apprentissages liés à l'alimentation et aux stratégies pour cuisiner avec bébé).

Après quelques mois d'essai, nous avons constaté que nous n'arrivions pas à rencontrer les objectifs de départ et que c'était trop exigeant pour les mamans en pré et en post-natal. Nous avons donc opté pour la formule des cuisines solidaires tous les deux mois. Des membres de l'organisme cuisinent solidairement des plats pour garnir le congélateur de Materne maman que nous utilisons ensuite lors de nos visites à domicile ou dans les locaux pour soutenir les mamans en pré et en post-natal.

Aussi, nous avons fait une cuisine collective purées de bébé, ainsi qu'une cuisine collective DME (diversification menée par l'enfant) avec les mamans en réponse à leurs besoins.

Pour cette dernière, Jessica St-Amour, une maman bien impliquée, s'est chargée de choisir les recettes ainsi que de dresser la liste d'épicerie avec Marie!

Nous avons aussi reçu les précieux conseils et un fier coup de pouce de la part de Cynthia Gravel, technicienne en diététique de la Fondation OLO, avant et pendant l'activité! Un gros merci! Finalement, nous avons reçu une subvention de la Fondation OLO pour l'achat des denrées.

**Rencontres individuelles personnalisées en pré-natal** pour créer le lien, accompagner les mamans dans leurs questionnements et leurs démarches par rapport à leur grossesse et favoriser la création d'un réseau de soutien avant l'accouchement.

**Rencontres individuelles personnalisées en post-natal:** Rencontres à domicile en post-natal immédiat pour du soutien en allaitement et s'assurer du bien-être de maman. Rencontres à l'organisme ayant pour but, par exemple, de bonifier les compétences parentales, de parler du développement de l'enfant, de l'alimentation, des saines habitudes de vie, de parentalité bienveillante, de communication non-violente, etc. Les rencontres peuvent aussi simplement être un moment pour permettre au parent de parler de tout autre sujet, l'amenant à prendre une pause de ses préoccupations parentales pour ensuite être plus disponible pour retourner auprès de son enfant.



**Jouons ensemble 0-12 mois:** ateliers parent-enfant, suivi d'un moment d'échanges entre parents. Les ateliers permettent le développement des compétences parentales par l'acquisition de nouvelles connaissances, de stimuler le développement du bébé par le jeu, de favoriser le développement du lien d'attachement entre le parent et le bébé par un moment partagé ensemble et du développement de bonnes habitudes de vie relationnelles et leur apprenant à reproduire les activités à la maison.



**Friperie** pour les besoins vestimentaires de maman et bébé et accompagnement pour la recherche de matériel.

**Des petits plats pour maman:** plats cuisinés solidairement par les groupes de cuisines collectives réguliers et congelés pour remettre aux mamans en post-natal ou pour donner une pause de repas à une maman épuisée.

**Déjeuner communautaire** à chaque semaine.

**Notre milieu de vie** permet aux parents de pouvoir se présenter en tout temps à Re-Fa-Vie pour discuter, se détendre, jouer avec leur enfant, socialiser, etc.



**La halte-garderie** qui permet des répit pour les mamans et également un soutien pour prendre en charge bébé lorsque maman participe à une activité ou a besoin d'une pause.



**Porte-bébé-thèque, Joujouthèque et croque-livre**

Nous favorisons le développement de connaissances et de compétences reliées à la périnatalité afin de réduire les vulnérabilités. Aussi, nous favorisons l'empowerment des familles et mettons à profits toutes leurs connaissances et compétences personnelles dans le processus de parentalité.



# MATERNE-MAMAN EN CHIFFRES

## POUR 2022-2023 :

### Nombre de rencontres de groupe

- Jasons-poupons : 27
- Jasons-bedon : 18
- Matinées lactées : 33

### Nombre de participantes différentes aux groupes

- Jasons-poupons : 28 mamans, 2 papas, 26 enfants
- Jasons-bedon : 13 mamans, 3 papas et 8 enfants
- Matinées lactées : 40 mamans, 2 papas, 42 enfants

### Moyenne de participation par rencontre

- Jasons-poupons : 4 adultes, 3 enfants
- Jasons-bedon : 3 adultes, 3 enfants
- Matinées lactées : 3 adultes, 2 enfants

### Nombre de suivis individuels réalisés (dans les locaux, par téléphone, sur messenger)

- Plus de 300 suivis, et ce, sans compter tous les suivis informels à tous les jours!

### Nombre de personnes différentes suivies individuellement

- 34 mamans
- 4 papas

### Nombre de visites à domicile

- 31 visites

### Nombre de participantes aux cuisines collectives Bedon-Poupon

- 9 mamans, 2 papas

### Nombre de participantes aux cuisines spéciales

- Purées : 4 mamans, 4 bébés
- DME : 9 mamans, 9 bébés

### Nombre total d'accompagnements individualisés pour la réponse aux besoins matériels

- 10 accompagnements

### Nombre de prêts de porte-bébés

- 26 prêts
- Et plusieurs conseils donnés!

### Nombres de dyades parent-enfants ateliers jouons ensemble 0-12 mois

- Printemps 2022: 12 dyades
- Automne 2022: 19 dyades
- Hiver 2023: 20 dyades

## Nos objectifs pour 2023-2024

Impliquer davantage les membres dans les activités et services de Materne maman ;

Mettre à profit l'expérience des membres pour promouvoir les services auprès des familles ;

Promouvoir davantage le programme auprès des partenaires du réseau communautaire et publique ;

Continuer la concertation avec les acteurs du milieu de la périnatalité.

# MILIEU DE VIE

**C'EST UN RÉEL PLAISIR D'ACCUEILLIR DE NOUVELLES ET ANCIENNES MAMANS AU CŒUR DE NOTRE MILIEU DE VIE.**

Elles viennent s'y déposer pour prendre un café et jaser de leurs réalités communes tout en ayant accès à l'aide d'une intervenante en tout temps. Plusieurs mamans, et quelques papas, viennent trouver réconfort et écoute, et ce, du lundi au vendredi de 9h30 à 15h30. Aussi, nous pouvons les accompagner en individuel pour certaines démarches et les référer au besoin pour qu'ils et elles trouvent réponse à leurs besoins.

Nous tenons à saluer l'écoute bienveillante et l'accompagnement chaleureux que Virginie a apporté aux membres pendant son passage comme intervenante au milieu de vie. Notre Panda bienveillant aura su laisser sa marque, et quelques larmes au passage (hihihi!) dans notre organisme. Merci pour tout!

En moyenne, 4 adultes et 3 enfants ont fréquenté le milieu de vie par jour.

Comme il s'agit de discussions informelles dans le milieu, il est difficile de quantifier le milieu de vie. Nous en sommes à peaufiner notre méthode de calcul pour les statistiques, objectif 2023-2024!

## LES FERMÈRES

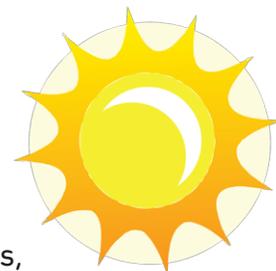
Chaque mardi après-midi, le groupe des Fermières se réunit afin de discuter de leurs différents projets de vie et projets d'artisanat et de tricot. Quelques mamans et leurs bébés se joignent à elles afin d'apprendre à tricoter, réparer des vêtements, discuter de recettes familiales, etc. Cela donne lieu à de beaux échanges intergénérationnels.

Moyenne de 10 participantes chaque mardi pm!



## P'TITS JEUDIS SOLEIL

Peu importe ce qu'on y mange, la tablée est toujours bien remplie de petit.es et de grand.es! De belles discussions sur des sujets variés, des invités (BAIL), des enfants qui s'amuse ensemble et toujours (trop!) de café! Il s'agit également d'une belle porte d'entrée pour les nouveaux et nouvelles membres. Lorsque le beau temps arrive, nous migrons vers le parc St-Grégoire pour déjeuner au grand air!



Cette année, nous avons eu une moyenne de 10 adultes et 7 enfants par déjeuner!

## SORTIES ET ACTIVITÉS SPÉCIALES

Cette année encore nous avons organisé plusieurs activités et fêtes pour nos familles. Ces activités et sorties sont toujours très appréciées et aussi populaires!



	Adultes	Enfants 0-5 ans	Enfants 6-12 ans	Total
Croque ton quartier	7	3	4	14
Sortie aux pommes	13	11		24
Sortie aux citrouilles	8	6		14
Pédago : Cinéma	4	6	9	19
Fête d'Halloween	17	14		31
Documentaire "Pas toujours facile d'être maman"	5	4		9
Fête de Noël	37	35		72
Sortie à la bibliothèque	10	11		21
Sortie au camping Beauport	7	4	9	20
Perroquets Pirates	19	16	10	45



# HALTE-GARDERIE

Cette année, dans une optique de perfectionnement et d'amélioration continue, nous avons lu et réfléchi le Programme éducatif « Accueillir la petite enfance » du Ministère de la Famille, en collaboration avec les membres. Un comité de membres a été formé en ce sens afin d'offrir un service de qualité à la couleur de notre nouvelle éducatrice. Il a été décidé d'ajouter à la halte-garderie un volet d'éducation par la nature. En ce sens, nous possédons maintenant des petits habits imperméables pour aller jouer à l'extérieur, beau temps, mauvais temps. Après tout, la température est toujours la bonne lorsqu'on est bien habillé.es!

Le service de halte-garderie de Re-Fa-Vie offre appui et soutien à toutes les familles de Beauport, et ce, principalement aux membres des cuisines collectives. Les parents peuvent ainsi bénéficier de 2 jours de répit par mois à la halte-garderie en échange de bénévolat dans l'organisme. De nombreuses valeurs rassemblent les Mini-Pousses et ses membres telles que le respect et l'entraide. De plus, dans une vision de « par, pour et ensemble », les parents ont la possibilité de venir partager ou animer une activité dans le cadre de la halte-garderie. C'est donc un lieu inclusif et diversifié qui reflète la richesse des individus et des différences. Le partage et l'entraide s'avèrent des prémisses qui supportent la force des liens indéfectibles qui unissent les familles, le tout dans une atmosphère de bienveillance et de générosité.

Pendant l'été 2022, nous avons participé, avec les familles, au jardin collectif en collaboration avec le CIUSSS de la Capitale-Nationale. L'éducatrice prenait alors soin des tout-petits pendant que les parents et les enfants plus âgés jardinaient.

De plus, en collaboration avec les ateliers Jouons ensemble, nous avons acheté du matériel moteur tel que des vélos d'équilibre et des poutres pour grimper, servant à notre salle de psychomotricité, activité qui se retrouve sporadiquement dans l'horaire. Nous avons aussi visité la piscine du quartier pour faire découvrir cette activité gratuite aux familles.

La halte-garderie est aussi un lieu d'accueil, d'écoute, d'éducation et de soutien aux familles. Étant formée depuis 2005, Mélanie peut ainsi soutenir les parents dans leurs questionnements et leur difficultés familiales en lien avec leurs enfants. Cette année, elle a d'ailleurs suivi plusieurs formations dont une sur l'anxiété et sur l'éducation sexuelle avec le programme Lanterne de la Fondation Marie Vincent.

Pour conclure, nous avons accueilli 117 enfants différent.es au sein de notre milieu de garde éducatif, dont 76 familles ont pu en bénéficier, pour un total de 681 présences pour la halte-garderie des Mini-Pousses. Un vrai succès auprès de nos familles!



# FRIPERIE

Cette année encore, nous avons pu compter sur notre merveilleuse Cathy pour gérer de main de maître notre fabuleuse friperie. Nous sommes heureux de constater que cette année nous avons pu rouvrir nos portes en grand! Nous tenons également à remercier Cuisines collectives Beauport pour le don de bottes pour femmes qui ont fait bien des heureuses ainsi qu'Agapè qui a également donné plusieurs bottes pour enfants.



**VOTRE GÉNÉROSITÉ NOUS ONT PERMIS DE GÂTER PLUSIEURS DE NOS FAMILLES! MERCI!!**

# CROQUE-LIVRES, JOUJOUTHÈQUE ET PORTE-BÉBÉTHÈQUE

## CROQUE LIVRES

Notre Croque-livres est toujours aussi apprécié des membres! De nombreuses familles profitent de celui-ci pour alimenter leur plaisir de la lecture! Merci encore une fois cette année, à Marie-Ève Pimparé d'avoir géré le Croque-livres de main de maître!

## JOUJOUTHÈQUE

Notre joujouthèque a su encore cette année amuser petit.es et grand.es lors des nombreuses visites de nos familles dans nos locaux. Plusieurs familles ont profité de ce service pour amuser leurs enfants à la maison.

## PORTE-BÉBÉTHÈQUE

Cette année, Marie-Eve a pu mettre à profit sa formation en portage en accompagnant les familles dans le choix d'un porte-bébé adapté à leurs besoins. Pas moins de 26 porte-bébés ont été prêtés à nos familles.



# SORTIES ET ACTIVITÉS SPÉCIALES

Encore cette année, nous avons eu la chance de faire vivre à nos familles plusieurs activités spéciales et quelques sorties. Merci à nos nombreux partenaires qui nous ont permis de réaliser ces activités! Vous avez mis du soleil dans la vie de nos familles!





# LE MOT DE LA FIN



# NOS 20 ANS!



LE MOT DE LA FIN : Cette année fut riche en événements et rebondissements, mais le plus gros a été sans nul doute l'anniversaire de nos 20 ans! En effet, le 1<sup>er</sup> octobre dernier nous avons célébré cet anniversaire en grand et nous sommes très heureuses d'avoir pu nous réunir avec nos membres ainsi que de nos nombreux partenaires! Voici quelques photos de l'évènement!



Guino Photos







## Re·Fa·Vie

Ressources Familiales  
La Vieille Caserne  
de Montmorency

