

# Rapport d'activités 2012-2013

**Lactescence Pabos, groupe d'entraide à l'allaitement maternel fondé en 1991, a comme mission la promotion et la protection de l'allaitement en plus de soutenir, d'aider et d'informer les dyades allaitantes et leur famille. Lactescence Pabos dessert le territoire de la MRC du Rocher Percé, soit une population de 18 437 habitants dont 5600 familles (recensement Statistique Canada 2006) et est en activité 7 jours/7, 52 semaines/année.**

## **Gestion de l'organisme**

### Réunion du conseil d'administration

- AGA le 9 juin 2012 où 14 membres en règle étaient présents.
- Assemblées régulières du CA (20 juin 2012, 23 juillet 2012, 27 août 2012, 6 septembre 2012, 19 septembre 2012, 22 octobre 2012, 26 novembre 2012, 22 janvier 2013, 25 février 2013, 25 mars 2013)
- Assemblées extraordinaires du CA (10 avril 2012, 8 mai 2012, 17 décembre 2012, 7 janvier 2013)

### Tâches administratives et de gestion

- Demande de subvention à l'ASSS.
- Tenue de livres.
- Démarches pour nouveaux signataires au compte suite à la démission de membres du CA.
- Ajout de 4 nouveaux membres au sein du CA suite à l'AGA.
- Rédaction des rapports annuels et secrétariat.
- Remplacement de la coordonnatrice en congé parental.

- Signature de la convention de soutien financier 2012-2015

## **Promotion de l'allaitement et communication**

- Page facebook de l'organisme active depuis octobre 2010 et création d'un groupe secret pour faciliter la communication avec les mairaines.
- Poursuite des ateliers de démarrage à l'allaitement à tous les 2 mois en collaboration avec l'infirmière en périnatalité du CLSC. D'une durée de 2 heures ces ateliers informent les futurs parents sur les bienfaits de l'allaitement et sur les conditions favorisant un bon départ, sur ce à quoi il faut s'attendre dans les premiers jours suivant la naissance de l'enfant, sur l'importance du père et du réseau de soutien et sur le rôle joué par la mairaine d'allaitement. Le local et le matériel audio-visuel sont fournis par le CLSC.
  - 17 avril 2012 : 6 mamans, 1 papa
  - 4 juillet 2012 : 5 mamans
  - 19 septembre 2012 : 5 mamans
  - 29 octobre 2012 : 4 mamans
  - 21 janvier 2013 : 4 mamans
  - 12 mars 2013 : 7 mamans
- Mise en place d'un plan d'action pour la création de « La route de lait Rocher Percé ».
- Soulignement de la SMAM 2012
  - Défi allaitement 29 septembre 2012 à la Mutinerie de Chandler. 20 adultes et 21 bébés et enfants dont 13 dyades qui ont participé au défi. Projection des œuvres de l'exposition «Exploration mammaire et pétrolière» de l'artiste Marianne Papillon. Café, fruits et viennoiseries offerts. Table d'information sur l'organisme, les services offerts et matériel disponible pour prêt sur place.
  - Journée « Pose tétée » 2 octobre 2012 en collaboration avec le studio de photographie Jenny Tardif. 7 dyades allaitantes ont participé à la séance de photographie et ont reçu un cd de 5 photos.
  - Atelier de massage 0-12 mois 3 octobre 2012 (9 mamans, 8 bébés)
  - Cinéma en famille 3 octobre 2012 au cinéma Paradiso de Chandler (8 adultes, 9 bébés et enfants)
  - Conférence de Dre Sylvie Larocque-Laplante sur les bienfaits de l'allaitement 4 octobre 2012 (18 adultes, 4 bébés) au restaurant le P'tit Café. Café et biscuits

offerts. Table d'information sur l'organisme, les services offerts et matériel disponible pour prêt sur place. Prix de présence (tablier d'allaitement) tiré.

- Randonnée familiale à Percé 5 octobre 2012 : annulée en raison de la température.
  - 5 à 7 Lancement du site web ([www.lactescencepabos.org](http://www.lactescencepabos.org)) et du nouveau logo 5 octobre 2012 (11 mamans, 3 papas, 11 bébés et enfants) au restaurant Fraser. Bouchées et boissons sans alcool offertes.
  - Couverture publicitaire faite par le journal le Havre avec photos et entrevue.
  - Affiches et dépliants conçus et réalisés grâce la collaboration de la ville de Chandler par sa politique familiale.
- Distribution de bracelets d'allaitement embossés avec l'inscription Lactescence lors des ateliers, des activités et par les infirmières de périnatalité et du CH.
  - Capsules radio sur les bienfaits de l'allaitement durant la SMAM (7 thèmes différents) diffusées 7x /jour pendant 7 jours sur les ondes de Bleu FM.
  - Capsules radio sur l'allaitement en lien avec la période de fêtes (4 thèmes différents) diffusées 5x/jour du 19 décembre 2012 au 2 janvier 2013 sur les ondes de Bleu FM.
  - Distribution de 10 paniers santé (collation et informations sur l'allaitement et sur Lactescence) au département d'obstétrique pour les nouvelles mamans dans le cadre du mois de la nutrition (mars 2013).
  - Participation de la coordonnatrice à une rencontre avec Mme Sophie Dupré-Boyer, chargée de projet à la petite enfance pour la table consultative jeunesse, afin d'expliquer le rôle et le mandat de Lactescence Pabos, de présenter les services offerts et d'établir les besoins de la clientèle 0-5 ans et de leurs parents.

## **Protection de l'allaitement**

- Participation de la coordonnatrice et de la présidente à la formation de consultante en allaitement, donnée à Chandler (3 semaines) par Mme Anne Charest, IBCLC.

## Soutien à l'allaitement

- Jumelage avec des marraines d'allaitement (32 jumelages sur 70 références) et plusieurs réponses à des questions via facebook.
- Prêt de matériel (5 livres et 2 écharpes de portage avec DVD).
- Mise en place d'un système de garde téléphonique sur boîte vocale rendant disponible, aux mamans de la MRC, trois marraines par semaine, de 8h à 20h, 7 jours/7.
- Gestion des courriels et des demandes d'informations via facebook et [www.info@lactescencepabos.org](mailto:www.info@lactescencepabos.org) 7jours/semaine, 52 semaines/année.
- Cardio-poussette offert gratuitement à l'été 2012 par Christine Berthelot, physiothérapeute et marraine bénévole (9 sessions, 66 participantes au total).
- Randonnée poussette et pique nique familial 2 septembre 2012 à Chandler (12 mamans, dont 2 enceintes, 9 papas, 1 grand-maman, 25 bébés et enfants). Couverture publicitaire faite par le journal le Havre avec photos. Jeux pour enfants, musique, maquillage offert gracieusement par une marraine bénévole, prix de présence (tablier d'allaitement et livre sur l'allaitement). Table d'information sur l'organisme, les services offerts et matériel disponible pour prêt sur place.
- Causerie pour les marraines « Mise à jour sur le démarrage de l'allaitement », animée par Christine Berthelot suite à sa 1<sup>ère</sup> semaine de formation de consultante. (10 marraines présentes). Restaurant P'tit café, Chandler.
- Formation en allaitement pour les marraines le 30 mars 2013 par Marie-Eve Boucher, marraine d'allaitement et accompagnante à la naissance (12 marraines présentes, dont 4 futures). Restaurant Fraser, dîner offert par Lactescence.
- Poursuite du partenariat avec le cinéma Cinévert pour les après-midi cinéma Bébédaine. Lactescence offre un rabais de 2\$ à chaque personne présente aux ateliers causerie. Les ateliers et le cinéma ont lieu la même journée.
- Poursuite des ateliers-causeries 2x/mois en partenariat avec le Café culturel La Mutinerie qui nous fournit gratuitement la salle. Ces ateliers, destinés aux futurs et aux nouveaux parents ainsi qu'à leurs poupons, visent à briser l'isolement social des femmes qui allaitent et à donner de l'information sur l'allaitement et sur le maternage en général. Une table d'information sur l'organisme, les services offerts et matériel disponible pour prêt est toujours sur place. Ces ateliers sont un succès :

- « Marche santé en bédaine et en poussette » 4 avril 2012, 9 mamans dont 1 enceinte, 7 bébés, 3 enfants
- « L'alimentation durant la grossesse et l'alimentation de bébé 0-12 mois » (Thérèse Beaudin, tech, nutrition CLSC) 18 avril 2012, 14 mamans dont 3 enceintes, 11 bébés, 2 enfants
- « Les petits bobos de bébé » (Sylvie Laplante, md CSSS) 2 mai 2012, 10 mamans dont 3 enceintes, 7 bébés, 1 enfant
- « Film Babies » 16 mai 2012, 9 mamans dont 1 enceinte, 8 bébés, 1 enfant
- « Le sommeil de bébé et l'allaitement », 30 mai 2012, 9 mamans, 9 bébés
- « Initiation au massage pour bébé » (Julie Landry) 27 juin 2012, 15 mamans dont 2 enceintes, 13 bébés
- « Le sommeil de bébé et l'allaitement », 17 octobre 2012, 12 mamans dont 5 enceinte, 5 bébés, 3 enfants
- « Mise en forme après l'accouchement » (Christine Berthelot, physiothérapeute) 31 octobre 2012, 11 mamans dont 6 enceintes, 4 bébés
- « Premiers soins et RCR pour bébés » (Joanie Grenier, inf et Jessica Fortier, ambulancière) 21 novembre 2012, 19 mamans dont 7 enceintes, 3 papas, 12 bébés
- « Présentation de produits pour bébés » (Boutique Calin Naturel) 28 novembre 2012, 19 mamans dont 6 enceintes, 10 bébés, 2 enfants, 2 grand-mamans
- « Survivre au temps des fêtes avec bébé ! » 12 mamans dont 4 enceintes, 6 bébés
- « La famille s'agrandit, l'arrivée de bébé se prépare » 16 janvier 2013, 17 mamans dont 8 enceintes, 2 papas, 6 bébés
- « Le sommeil de bébé et l'allaitement », 30 janvier 2013, 15 mamans dont 4 enceintes, 12 bébés, 2 enfants
- « Grossesse, allaitement et sexualité » (Gabrielle Ouimet, diplômée en sexologie) 13 février 2013, 15 mamans dont 6 enceintes, 2 papas, 9 bébés
- « Le portage » 27 février 2013, 18 mamans dont 7 enceintes, 1 papa, 11 bébés, 2 enfants
- « L'allaitement après 6 mois et l'introduction des solides » 13 mars 2013, 14 mamans dont 3 enceintes, 1 papa, 10 bébés, 1 enfant
- « Premiers soins et RCR pour bébés » (Joanie Grenier, inf et Jessica Fortier, ambulancière) 27 mars 2013, 14 mamans dont 4 enceintes, 1 papa, 11 bébés