

MOMS

MOUVEMENT ORGANISÉ
DES MÈRES SOLIDAIRES

**RAPPORT
D'ACTIVITÉS
2022-2023**



Maman est la meilleure!

"Plus que des activités... M.O.M.S. est un milieu de vie vraiment accueillant et stimulant!"

Le respect, la solidarité et la dignité... au cœur de nos interventions

TABLE DES MATIÈRES

Mot de la présidente	3
Mot du directeur général	4-5
Historique	6
Notre mission	7
Nos valeurs	8
L'équipe	9-15
Le conseil d'administration	16
Les bénévoles	17-18
Portait des mères	19-20
Activités éducatives	21
Ateliers groupes M.O.M.S	22-26
Le Parcours-école	26-28
Les ateliers de stimulation (SIPPE)	28-31
Les MOMentS M.O.M.S	31-33
La halte-garderie	34
Activités spéciales	35-36
Projets communautaires	36-37
Formations	37-38
Représentations & références	38
Réseaux sociaux	39
Implication dans la communauté	39
Nos partenaires	40-41
Perspectives d'avenir	41

MOT DE LA PRÉSIDENTE



Quelle belle année qui se termine ! L'année 2022-2023 a connu son lot de défis et l'équipe de M.O.M.S a démontré une grande solidarité et une bienveillance exemplaire afin de répondre aux besoins des usagères. Je suis très fière du chemin parcouru cette année.

Je tiens à remercier sincèrement l'ensemble des bénévoles pour leur implication remarquable. Votre présence est indispensable puisque vous permettez aux mamans usagères d'assister aux ateliers et/ou de participer au Parcours-école tout en brisant leur isolement.

Un merci tout spécial à l'équipe qui semaine après semaine travaille très fort pour offrir le meilleur accompagnement possible aux mamans usagères, vous faites toute la différence. Merci d'être là et pour l'ensemble de vos initiatives tout au long de l'année. Également, je tiens à souligner l'excellent travail accompli de l'intervenante, Mme Laurie Fraser, qui quitte son poste au sein du Parcours-École, nous lui souhaitons bonne chance dans tous ses nouveaux projets.

Félicitations aux mamans usagères pour leur parcours, leur assiduité au sein de l'organisme ainsi que pour leur cheminement en tant qu'individu, mais aussi en tant que parent, bravo pour votre belle persévérance.

En dernier lieu, un énorme merci à nos donateurs, nos commanditaires et nos partenaires communautaires. Vous êtes toujours présents pour soutenir l'organisme à travers les différentes activités, merci pour cette belle solidarité et cette grande générosité.

Continuons ensemble de faire rayonner l'organisme !



Audrey Lespérance

Présidente

MOT DU DIRECTEUR



Les mois ont passé à une vitesse grand V cette année, alors que toute l'équipe a continué de se mobiliser avec une intensité et une volonté incroyable pour porter notre belle mission et bonifier nos activités. Quel bonheur d'avoir pu évoluer dans un contexte normal, sans le port du masque, qui nous a permis de voir et d'apprécier les sourires de tout un chacun, mais surtout des mères et de leurs enfants !

M.O.M.S est en constante évolution et bien que sa mission demeure la même, ses perspectives, elles, changent, s'améliorent, se raffinent, et ce, toujours au bénéfice de ses usagères.

Sous le thème de « retour vers le plaisir, » nous avons, cette année, trouvé des moyens afin que les ateliers et les programmes offerts soient plus intéressants pour les usagères. Par exemple, nous avons fait beaucoup de sorties mères-enfants, afin de permettre aux mères de s'amuser dehors avec les enfants, toujours avec le soutien et les conseils de nos formidables intervenantes et bénévoles. Nous avons voulu démontrer que malgré les difficultés qui entourent les sorties avec les enfants quand l'on est seule, c'est quand-même possible. En ce faisant, nous avons permis aux tout-petits de faire des belles découvertes et de beaux apprentissages.

De plus, nous avons eu beaucoup de rencontres « informelles » un peu moins structurées, où nous avons pu juste s'asseoir entre mamans et partager notre quotidien, nos défis, nos victoires et nos perspectives. Dans un même ordre d'idée, sachant que le contexte actuel est financièrement difficile pour toutes les familles, nous avons redoublé d'efforts afin de pouvoir offrir de nouveaux services aux usagères. Nous avons également trouvé des solutions afin d'améliorer l'assiduité. Le début d'un tout nouveau programme, les MOMents M.O.M.S est un très bel exemple : afin de permettre aux usagères de rencontrer d'autres mères de la communauté, ces ateliers sont offerts à toutes, pas juste aux mères inscrites à l'organisme. Ils traitent de divers sujets pertinents pour les mères et privilégient des approches de participation active des mères et des adaptations en fonction des besoins.

Cette année, M.O.M.S a aussi augmenté sa participation à des tables de concertation, des collaborations, des mobilisations, des échanges, des actions et de la représentation, afin d'accroître sa visibilité et de faire connaître ses services auprès de la communauté encore plus, mais aussi d'améliorer la qualité des services que nous pouvons offrir aux mères et leurs enfants.

Cela dit, le capital humain a demeuré sans équivoque la valeur la plus importante chez M.O.M.S cette année. Le bien-être, tant de notre clientèle que du personnel, a été au cœur de nos priorités et toutes nos actions ont été dirigées en ce sens. Ainsi, l'acceptation et le respect sous toutes ses formes ont été des valeurs fondamentales que nous avons préconisé tout au long

de l'année. Nous espérons que ceci a permis à tous d'apprendre et de grandir à l'intérieur d'un environnement sécuritaire où l'inclusion fait partie intégrante de nos journées, et que cela a permis aux mères de s'ouvrir et de cheminer vers une certaine autonomie, où l'épanouissement des enfants est prioritaire.

Donc, BRAVO! Bravo à toutes ces mères de M.O.M.S qui travaillent fort pour atteindre leurs objectifs personnels chaque année! Je suis vraiment fier de vous voir vous prendre en main et réintégrer votre communauté à part entière!

Je profite de ce mot pour remercier chaleureusement les membres du conseil d'administration, l'équipe de travail, les bénévoles et les stagiaires pour leur engagement et leur volonté de toujours mieux faire. Vous avez œuvré jour après jour pour notre mouvement solidaire et le bien-être des usagères et de leurs enfants. Je me considère privilégié de côtoyer des gens passionnés, dévoués et enthousiastes envers le succès des usagères et de notre organisme. Merci également à tous nos partenaires du milieu et à nos commanditaires, ainsi qu'à nos donateurs privés : vous êtes des acteurs sociaux importants qui font bouger les choses et qui participent activement au bien-être de nos familles.

D'autres changements et améliorations seront au menu cet automne et dans l'année qui suit. Restez à l'affût et passez nous voir pour nous démontrer votre soutien ou nous partager vos idées!

Bill Ameer

Directeur général

HISTORIQUE

Le mouvement organisé des mères solidaires (M.O.M.S) est un organisme communautaire à but non lucratif fondé en 1990 par des gens du milieu ainsi que du CLSC Lamater. Lors de l'application du programme péri-petite enfance, mis de l'avant par le CLSC Lamater, le dossier que l'on appelait autrefois « filles mères » est devenu prioritaire.

Par le biais de consultations individuelles auprès de jeunes mères monoparentales, âgées de 13 à 25 ans, les intervenantes du CLSC ont réalisé que ces jeunes filles avaient un vécu similaire.

C'est alors qu'un groupe a pris naissance dans les locaux du CLSC et qu'un centre de jour pour ces jeunes femmes a été ouvert en collaboration avec différents partenaires du milieu afin d'offrir des activités à ces jeunes mères et à leur enfant.

Aujourd'hui, en concertation avec les divers intervenants du milieu, M.O.M.S. s'implique activement dans la communauté. Différents projets sont mis sur pied afin de mieux accompagner ces jeunes mères dans leur aventure parentale.

Seul organisme du genre dans toute la région de Lanaudière, le support privilégié accordé aux jeunes mères et à leur enfant fait de M.O.M.S. sa renommée.



NOTRE MISSION

Le mouvement organisé des mères solidaires (M.O.M.S.) a pour mission d'aider les jeunes mères monoparentales, âgées entre 14 et 25 ans, et leurs enfants. Notre soutien est offert pendant et après la grossesse afin de faciliter leur intégration sociale.

Le respect, la solidarité et la dignité sont au cœur de nos interventions.

NOS OBJECTIFS :

- Briser l'isolement
- Reconnaître et travailler les habiletés parentales
- Développer les compétences parentales
- Acquérir de nouvelles connaissances
- Favoriser l'autonomie et la prise en charge personnelle
- Développer la solidarité et l'entraide entre les jeunes mères
- Soutenir et encourager celles-ci à entreprendre une démarche de scolarisation
- Promouvoir la socialisation chez les enfants

NOS VALEURS

La SOLIDARITÉ

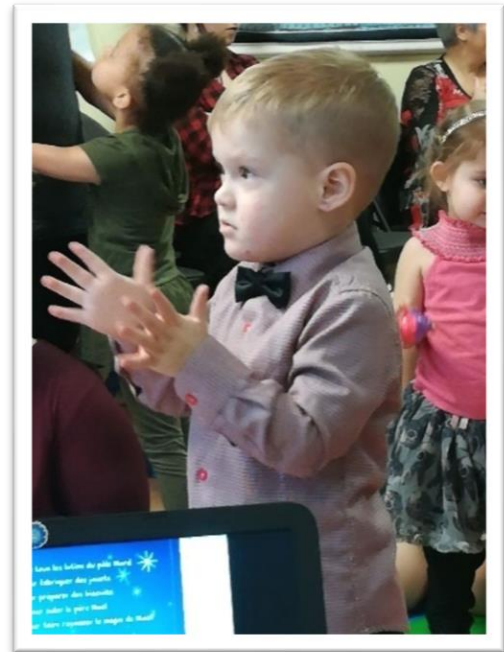


Base essentielle de la mission de M.O.M.S, c'est le lien d'engagement qui se crée entre tous les membres de l'organisme : employés, bénévoles, mères, enfants.

Le RESPECT

C'est la considération que toute personne mérite au sein de notre organisme. Les relations entre elles doivent être empreintes d'égards et susciter la dignité.

« Le respect de soi permet d'en avoir pour les autres » - José Garcia



L'AUTONOMIE

C'est la capacité de répondre à ses propres besoins, de prendre et d'assumer ses décisions, tout en tenant compte de son entourage et de son environnement.

L'ÉQUIPE

Les mères chez M.O.M.S. sont soutenues et accompagnées par une équipe dynamique, passionnée et impliquée :

Bill Ameer, Directeur général

Gisèle Boisvert, Éducatrice spécialisée et coordinatrice des bénévoles

Vicky Bertrand, Intervenante des groupes M.O.M.S et responsable des dons

Laurie Fraser, Intervenante du Parcours-École

Arielle Clendenning, Technicienne de surface



L'équipe a accompagné jour après jour les familles afin de leur offrir un milieu de vie où les valeurs de respect, d'autonomie et de solidarité sont mises de l'avant. Effectivement, la réussite des mères et de leurs enfants repose sur les intervenantes, vraies magiciennes, qui travaillent toutes ensemble sous la supervision du directeur. Elles sont expertes pour analyser la situation de chaque famille dans sa globalité pour mieux répondre à ses besoins individuels.

Gisèle Boisvert



Bonjour! Je m'appelle Gisèle Boisvert et je suis intervenante/éducatrice chez M.O.M.S à Terrebonne depuis 2007. Je suis également la coordinatrice de nos merveilleux bénévoles.

Ma plus grande motivation de travailler chez M.O.M.S, c'est de pouvoir apporter mon soutien de façon concrète et quotidienne aux usagères et d'être aux premières loges pour voir leur réussite. Pouvoir témoigner de la mise en action des usagères, suite au travail effectué avec elles lors de nos ateliers et interventions est la plus grande récompense pour moi personnellement, encore plus qu'une paie à la fin du mois.

De plus, j'apprécie la flexibilité qu'offre l'organisme, le soutien de la direction et celui du conseil d'administration.

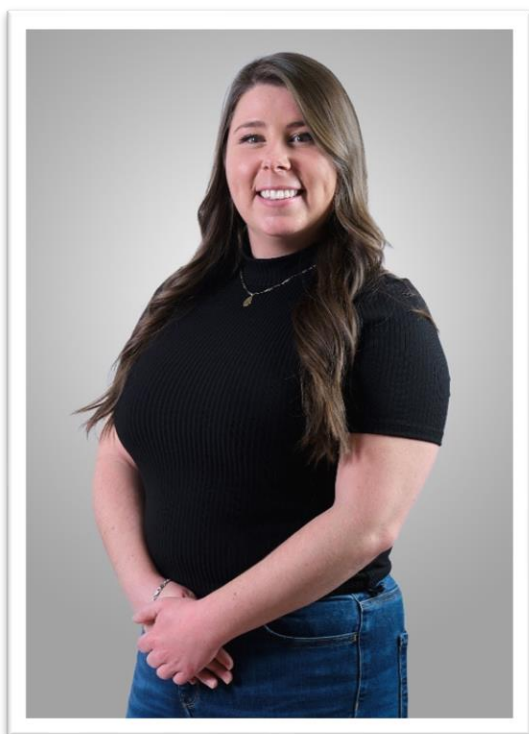
Cette flexibilité me permet de laisser libre cours à mon imagination dans de divers projets qui ont tous pour but l'épanouissement des mères et de leurs enfants. En outre, l'esprit de partage et d'entraide qui existe chez M.O.M.S et entre les OCFs qui créent des partenariats m'anime et me permet d'offrir un meilleur service à la clientèle.

Nous sommes chanceux de pouvoir faire partie de regroupements comme la TROCFL, la TROCL, La FQOCF, l'AHGCQ entre autres et avoir du soutien selon les problématiques vécues dans le cadre de mon travail. L'opportunité de développement professionnel ou encore des communautés de pratique qui regroupent des intervenantes pour échanger des idées me permet de rester à l'affût en tout temps.

Enfin, j'aime beaucoup travailler avec les bénévoles qui offrent du temps et de l'énergie à notre mission. Sans eux, mon organisme ne pourrait tout simplement pas offrir autant de services.

Au plaisir de vous croiser chez M.O.M.S!

Vicky Bertrand



Vicky est responsable des groupes M.O.M.S, qui ont lieu tous les mardis et mercredis. Cette année, elle a aussi prêté main forte pour les ateliers des MOMentS M.O.M.S.

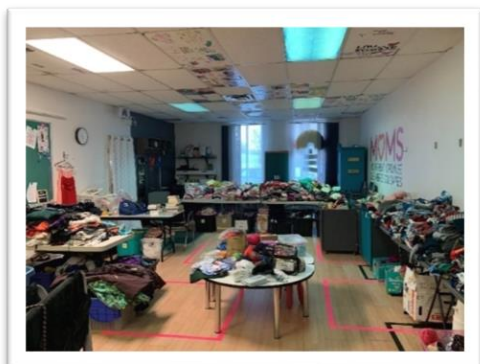
Avec son sourire accueillant, sa grande ouverture d'esprit et son éternel optimisme, elle démontre de la compassion en tout temps. Elle est toujours à l'écoute pour comprendre les défis des mères avant de les aider à y voir clair dans leurs problèmes et leur proposer des solutions pratiques et réalisables. Ses ateliers sont très pertinents, mais surtout vraiment intéressants! De plus, elle connaît bien le milieu, ce qui la rend experte pour guider les mères vers les ressources nécessaires.

Vicky s'occupe également des dons que M.O.M.S reçoit de la communauté, pour ensuite les redistribuer gratuitement aux familles.

Une fois par mois, elle sort, trie et installe tous les dons dans la grande salle de M.O.M.S, avec l'aide des bénévoles. La salle se transforme en magasin pour l'occasion et les mères de tous les groupes sont invitées à venir « magasiner » chez M.O.M.S, d'objets qu'elles ont besoin pour leurs familles.

Chez M.O.M.S, nous essayons de ne rien gaspiller. Le surplus de dons est ensuite acheminé chez nos partenaires, qui peuvent par la suite l'écouler avec leur clientèle.

Une mention spéciale pour les bénévoles, sans qui le volet dons de M.O.M.S ne fonctionnerait pas aussi bien!



La grande salle de M.O.M.S se transforme en « magasin » une fois par mois.

Laurie Fraser

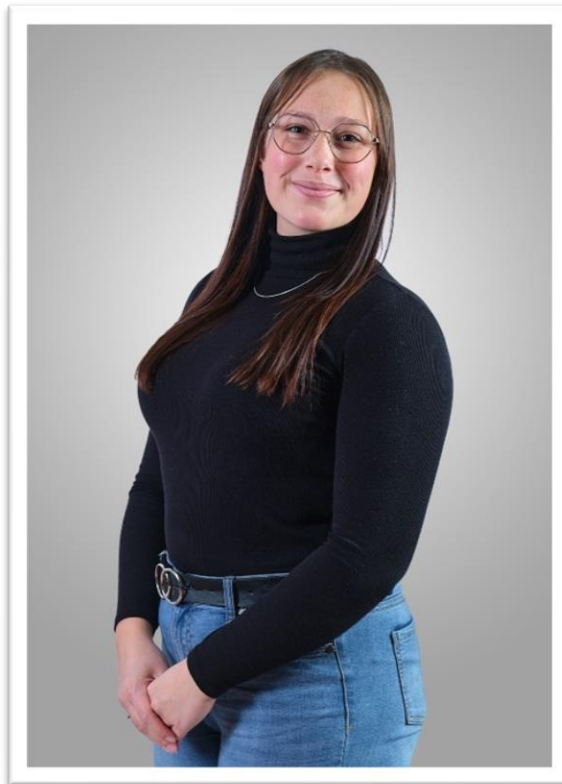
Bonjour! Je m'appelle Laurie et je suis l'intervenante du parcours-école.

Les mères chez M.O.M.S me qualifient de dynamique et disent que j'ai toujours beaucoup d'énergie! Effectivement, je m'estime très heureuse et productive chez M.O.M.S.

La liberté que le milieu peut m'offrir me ravit, car je suis une personne créative qui aime animer des groupes et engager des gens. Ce qui me rend fière du volet parcours-école chez M.O.M.S, c'est que nous pouvons accompagner les jeunes familles dans leur cheminement pour un avenir meilleur. Nous pouvons aussi en apprendre beaucoup et transmettre énormément de savoir qui peut aider les jeunes familles. Je suis donc fière de travailler chez M.O.M.S, pour faire une différence dans la vie des familles de la MRC les Moulins.

J'ai un fort intérêt pour l'enseignement, ce qui fait que mon rôle dans le parcours-école me comble de joie. Pouvoir accompagner les mères dans leurs parcours est un honneur, mais surtout, un réel plaisir!

Cette année est ma dernière année chez M.O.M.S, car je m'envole vers de nouveaux défis. En effet, les mères m'ont inspiré et donné le goût de faire un retour aux études. Je souhaite au parcours-école et aux mères une belle continuité et plein de beaux projets pour l'avenir!



Arielle Clendenning

Arielle nous aide avec l'entretien de l'organisme dans tous les volets. C'est grâce à elle que nous pouvons offrir un environnement sain aux usagères et leurs enfants, et c'est grâce à elle que les enfants ont des jouets désinfectés tous les jours! Elle aide aussi à la préparation d'ateliers en s'occupant des bricolages, des collations et autre.



STAGIAIRES

Nous travaillons régulièrement avec des stagiaires en Technique de travail social et/ou Technique d'éducation spécialisée. Nous croyons vivement que donner une chance à un stagiaire est une responsabilité et nous avons la certitude de l'impact positif que ces stages apportent à ces étudiantes, mais aussi à l'organisme.

Voici quelque uns des stagiaires que nous avons accueillis cette année :

Maria-Kim Grimard Beaulieu : stage d'exploration et d'intervention, Technique en travail social, CEGEP de Terrebonne.

Shany Augé : Stage 1^{ère} année, Technique en travail social au CEGEP Marie-Victorin, 1 journée par semaine de janvier à avril.

Laurie-Lyne Lapointe : Stage 2^e année, Technique en éducation spécialisée, CEGEP Marie-Victorin, 2 journées par semaine pendant 1 an.

Coralie Beaucaire : Stage d'observation

Clara Vallée : Janvier à mai 2022, Technique en éducation spécialisée

Charlotte Gariépy : Avril 2022, Technique intervention délinquance

Samuel Chatillon : Stage 1^{ère} année, Technique en éducation spécialisée, CEGEP Montmorency, 15 semaines

Béatrice Dussault : CEGEP Trois-Rivières, Technique Policière, 15h de bénévolat

Angélique Plante : CEGEP Maisonneuve, Technique Policière, 15h de bénévolat

Gabrielle Brisebois, éducation à l'enfance, CEGEP Lionel Groulx, 3h, exploration du communautaire

Jose Nancy Charlot : 21h/ semaine, étudiante en éducation spécialisée au Collège Montmorency, janvier à mai 2023

Naomie Normand et Mia Langlois, TTS au CEGEP de Terrebonne en observation en février 2023

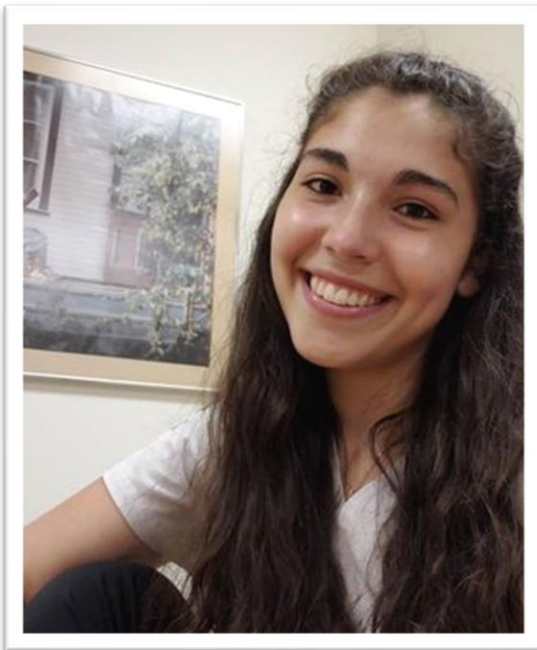
Jade Brien et Marie-Hélène Côté, CEGEP l'Assomption en observation en février 2023

En novembre, nous avons aussi accueilli 3 étudiantes du collège Laflèche en gestion et intervention en loisirs pour leur stage d'observation.

Un grand merci également à tous les jeunes bénévoles de l'école Armand-Corbeil : Edna Akamel (5h), Camélia-Jade Desautels (4h), Tonatiuh (4h), Mikael (4h), Frédérique Cyr (3h), Catherine Boivin (8h).

M.O.M.S souhaiterait remercier tous les stagiaires de l'année 2022-2023. Ce fut de longues semaines de travail intense, qui ont demandé beaucoup d'effort et de sacrifices. Merci pour l'ensemble du travail effectué et bonne continuation!

Maria-Kim Grimard Beaulieu, Stagiaire



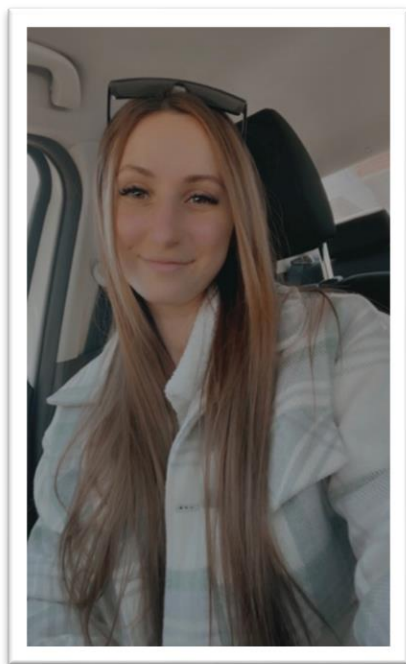
Bonjour! Moi c'est Maria-Kim, je suis une étudiante de dernière année en techniques de travail social au Cégep de Terrebonne, mais également une des stagiaires chez Moms.

J'ai eu la chance de terminer mon parcours avec une merveilleuse équipe de travail. C'est à dire, les bénévoles qui sont toujours présentes pour aider et soutenir nos familles avec amour et bienveillance, les mères et leurs enfants qui nous font confiance et qui nous permettent de les accompagner et les soutenir dans leur quotidien, le directeur Bill, qui assure le bon déroulement du milieu et le confort de tout le monde et les intervenantes bienveillantes, passionnées et dévouées qui pensent toujours au bien-être des familles. Toutes ses personnes sont des piliers

fondamentaux, qui font en sorte que ce merveilleux milieu de vie garde son essence et ses couleurs qui sont uniques. Pour moi, Moms est bien plus qu'un organisme communautaire, c'est une grande famille qui permet aux jeunes mères de s'outiller dans leur rôle de mère, de faire de nouvelles rencontres, de poursuivre leur cheminement scolaire et d'avoir une place pour elles où elles peuvent se déposer et s'amuser. Elle permet également aux enfants de continuer à développer leurs habiletés sociales et de s'amuser. Bref, j'ai été agréablement surprise des rencontres que j'ai faites, au cours de cette année, qui a passé beaucoup trop vite pour moi! J'ai eu l'occasion de me développer en tant que future intervenante et de trouver mes propres couleurs. Lorsque je suis arrivée chez Moms j'arrivais avec une grande ouverture, prête à travailler avec une nouvelle clientèle et à apprendre de nouvelles choses. Cependant, l'évolution géante que j'ai faite est due en très grande partie grâce à la confiance que l'équipe d'intervenantes m'a donnée. Elles m'ont toujours poussé à me surpasser et c'est de cette manière que j'ai pu réellement intégrer les valeurs et les attitudes d'une vraie technicienne en travail social. Les mères m'ont également inspiré et m'ont permis de mieux comprendre leur réalité. Moms m'a appris ce qu'était que d'être réellement solidaires. Lorsque je suis rentrée pour la première fois dans l'organisme j'ai ressenti une ambiance chaleureuse, un climat d'entraide, de respect, de bienveillance et d'ouverture.

Je repars de chez Moms avec l'amour et la passion pour ce travail!

Laurie-Lyne Lapointe, Stagiaire



Bonjour, mon nom est Laurie-Lyne. Je suis étudiante en éducation spécialisée au Cegep Marie-Victorin. J'ai débuté mon stage en septembre 2022, et depuis mon arrivée, j'ai appris énormément, tant sur le plan personnel que professionnel. L'organisme m'a exposé une nouvelle réalité à laquelle je me suis adaptée avec l'aide de l'équipe chaleureuse qui m'a accueillie et écoutée lorsque j'ai rencontré des défis.

Mon stage chez M.O.M.S a été très enrichissant pour moi, car je n'avais jamais travaillé avec des enfants auparavant. Gisèle m'a prodigué de précieux conseils et astuces pour travailler avec cette clientèle, ce qui m'a permis de me sentir plus à l'aise et confiante. Vicky m'a aidé à raffiner mes compétences relationnelles avec les autres. Enfin, mon éducatrice-guide Laurie m'a poussée à travailler sur mes réflexions personnelles et à me surpasser. Grâce à ce stage, j'ai acquis de nouveaux outils pour ma boîte à outils professionnelle. Bien que je sois triste de quitter M.O.M.S, je garde de beaux souvenirs de cette expérience.

Je tiens à remercier l'équipe son intégrité et son humanité.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Présidente	Audrey Lespérance
Secrétaire et Vice-présidente	Mireille Ouimet
Trésorière	Sylvie Dancose
Administrateurs	Pierrette Picotte, Ervin Duque et Julie Dubé

Chaque mois, les membres du Conseil d'administration se rencontrent dans les locaux de l'organisme et discutent ensemble des grandes orientations à prendre pour bien guider l'organisme dans le respect de sa mission.

Cette année, les 7 membres se sont rencontrés à 10 reprises pour des rencontres régulières, et une fois pour l'assemblée générale annuelle.

Les membres ont travaillé les dossiers suivants, entre autres :

- Politique de conditions de travail
- Entente de confidentialité
- Embauche d'une nouvelle intervenante
- Stabilisation de l'équipe de travail
- Projet de relocalisation

Les membres du conseil d'administration ont également apporté leur soutien à l'équipe de travail lors d'événements spéciaux tels que l'activité de Pâques, le dîner de fin d'année, l'activité de la rentrée, l'Halloween, la Noël, la levée de fonds entre autres.

LES BÉNÉVOLES

Les bénévoles sont des acteurs importants dans notre milieu, car ils nous permettent d'actualiser notre mission. Cette année, 42 bénévoles ont participé au bon fonctionnement des activités de l'organisme. Les bénévoles gâtent beaucoup les mères et les enfants.



*Merci à tous les bénévoles!
Vous qui donnez de votre temps,
Qui osez des responsabilités,
Qui partagez vos compétences et vos expériences,
Qui offrez votre sourire, votre dynamisme et votre cœur.*

*Vous vous tenez loin des projecteurs,
Mais vous nous tendez la main.
Vous vous rendez disponibles.
Vous mettez à disposition les moyens.
Vous écoutez.
Vous prenez parole.
Vous défendez.*

Vous changez des vies... sans rien attendre en retour.

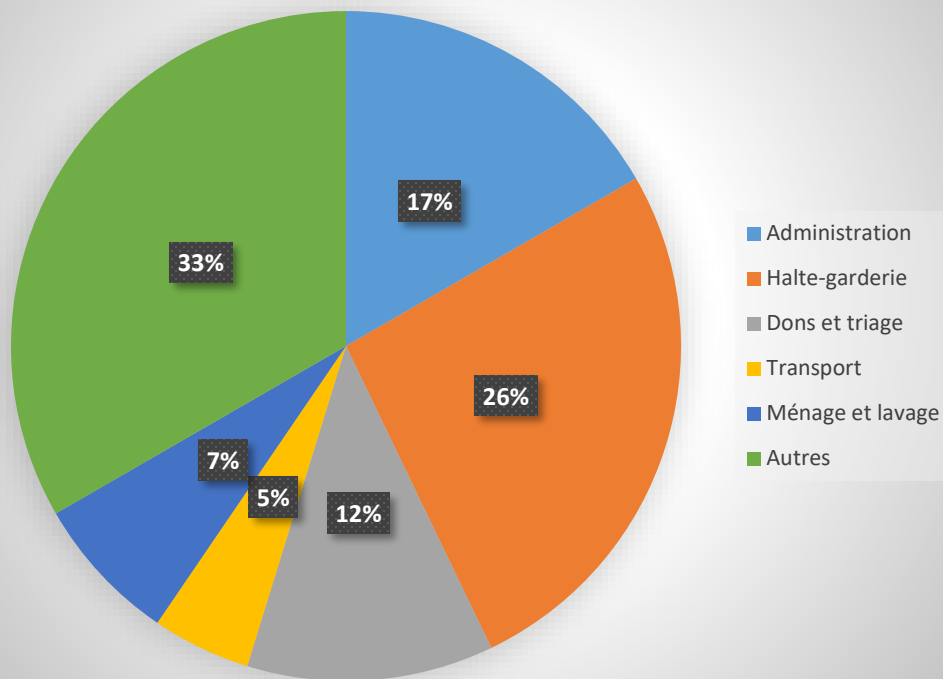
On vous dit un grand MERCI...

*Pour les **2604 heures** consacrées généreusement à notre mission,
Pour le plaisir et le bien-être des mamans,
Et des enfants,
Et de toute l'équipe!*

Vous êtes, indéniablement, un(e) bénévole d'exception!

MERCI du fond du cœur!

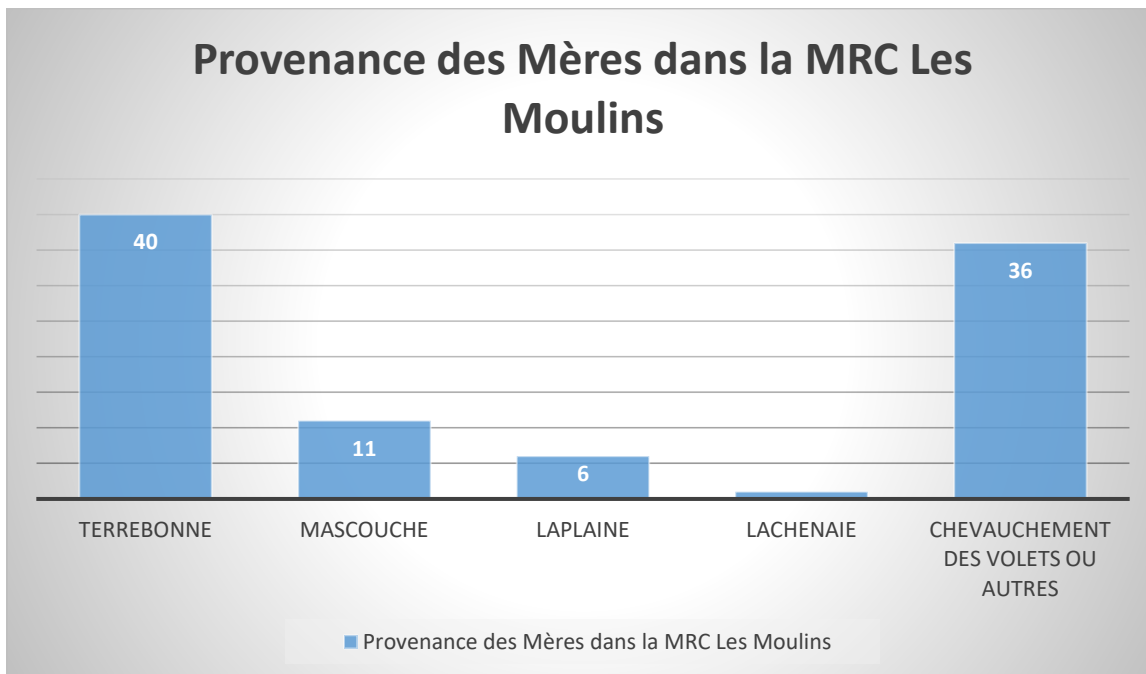
Secteurs de bénévolat



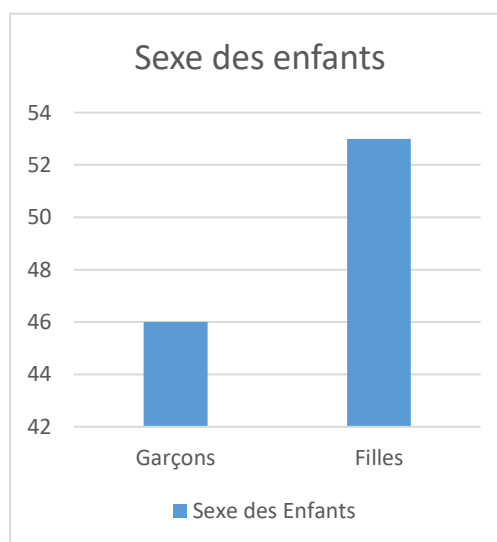
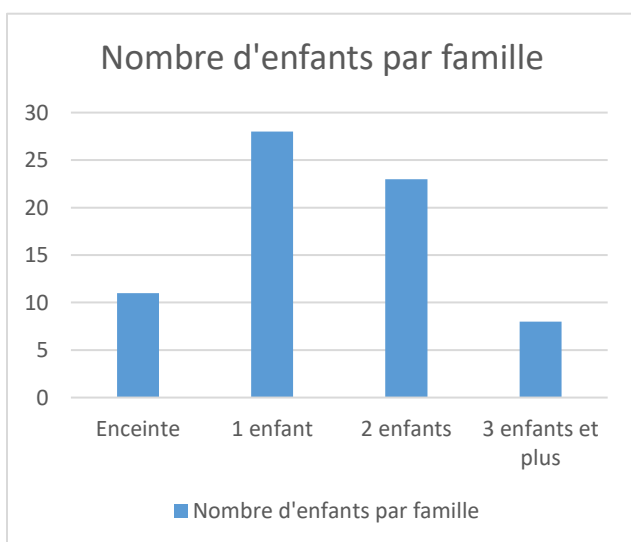
PORTRAIT DES MÈRES

Cette année, nous avons eu 94 inscriptions chez M.O.M.S, ce qui représente une augmentation de fréquentation de 24% par rapport à l'année précédente.

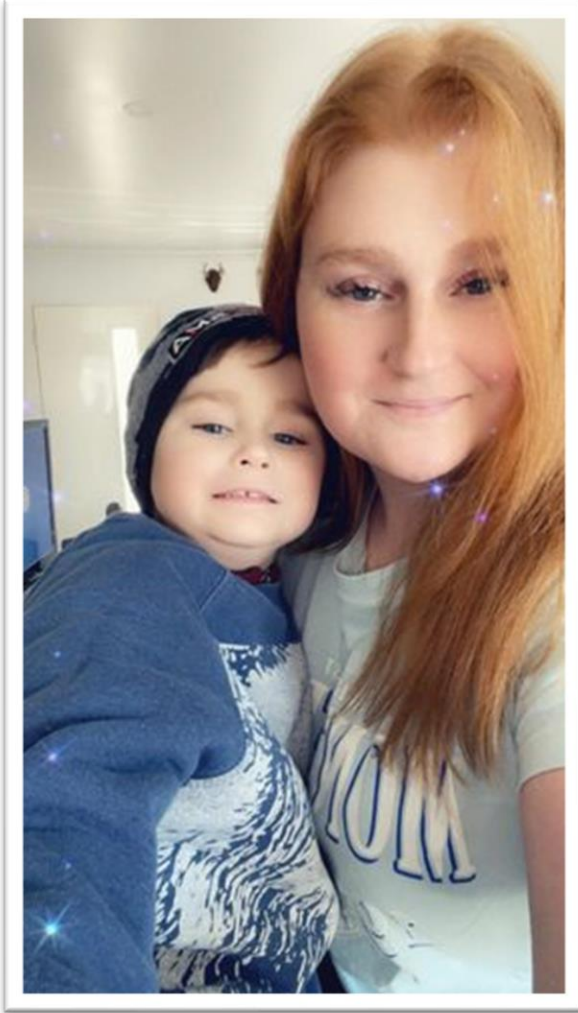
99 enfants ont reçu des services chez M.O.M.S, un taux plus ou moins similaire à l'année précédente.



Composition des familles :



La parole à une maman de M.O.M.S, Jenny.



Bonjour à vous!

Je ne sais pas trop comment commencer alors j'y vais comme ceci.

J'ai découvert MOMS grâce à mon suivi OLO et SIPPE. Sam avait 14 mois la première fois où nous y sommes allés et il n'avait jamais vraiment côtoyé d'autres enfants et moi j'étais complètement isolée et seule la plupart du temps. Alors voir d'autres mamans et que Sam puisse voir d'autres enfants et sortir de la maison faisait du bien au moral. MOMS n'a pas seulement été un endroit pour briser notre solitude, mais c'est aussi l'endroit qui m'a ouvert les yeux sur ma relation toxique que je vivais et m'a même donné les outils pour nous sortir de tout ça en nous parlant des organismes et des options, en plus d'être un soutien pour moi et Sam. J'ai découvert plusieurs organismes et plusieurs activités. J'ai appris sur moi et sur la vie de maman. J'ai aussi découvert que je n'étais jamais seule en me faisant des amies aussi maman, donc qui me comprenaient autant qu'elles-mêmes. De plus,

MOMS a été pour Sam un endroit où il a découvert comment se faire des amis et que maman n'est pas la seule à pouvoir s'en occuper. Pour moi, MOMS m'a tout simplement sauvé. Je pourrais dire que MOMS m'a aidé à me redécouvrir en tant que femme et maman, m'a sorti de mon isolement, de ma dépression et m'a fait voir qu'être maman ce n'était pas un frein à la vie, mais un plus et que peu importe ce que nous, les mamans, on fait comme sacrifice, on doit être fière de nous. Ça m'a fait réaliser qu'être maman à la maison c'est une fierté et non être une ratée. Pour terminer, je voudrais justement remercier tout l'organisme MOMS de nous avoir soutenus toute cette année. Sam va avoir 5 ans en mai et entre à l'école en septembre. Sans MOMS, je suis 100% sûre que je ne serais pas où nous sommes aujourd'hui, alors juste une chose à dire c'est merci. Je vous aime! Continuez à aider autant de mamans et même des papas et nous faire réaliser que devenir parent c'est la plus belle chose qui puisse arriver. Je suis partie de loin, vous avez fait toute la différence. Merci pour tout, on vous aime fort.

ACTIVITÉS ÉDUCATIVES

En réponse aux besoins des mères et de leurs enfants, M.O.M.S leur a proposé 4 principaux ateliers éducatifs en groupe cette année. Avec le soutien des intervenantes, les mères s'écouent, se supportent et travaillent sur la valorisation de leurs potentiels, dans le but d'améliorer la qualité de leur vie et de réaliser des aspirations profondes.

Ainsi, les [ateliers groupes M.O.M.S](#) visent à briser l'isolement des mères en leur proposant une multitude d'activités qui facilitent une intégration sociale réussie.

En outre, le [Parcours-école](#) donne l'opportunité aux mères de terminer leurs études et les accompagne dans leurs projets de vie, qui est un retour éventuel aux études ou à un emploi à temps plein.

Les [ateliers de stimulation \(SIPPE\)](#) travaillent le lien d'attachement, entre autres, en outillant les mères afin d'améliorer la relation mère-enfant.

Les [MOMentS M.O.M.S](#) quant à lui, est un atelier visant à améliorer la qualité de vie des mères en leur offrant des rencontres éducatives ou récréatives en leur faisant rencontrer des mères hors de chez M.O.M.S.

La halte-garderie et les dépannages alimentaires et de dons sont disponibles à toutes les familles qui participent à nos ateliers.

ATELIERS GROUPES M.O.M.S

Les mardis et mercredis, Vicky Bertrand propose des activités éducatives aux mères des Groupes M.O.M.S pour les aider dans un cheminement. Ces activités s'inscrivent dans un processus d'intervention, de sensibilisation et de socialisation, avec l'objectif de briser l'isolement des mères, les aider à développer un sentiment d'appartenance et de pouvoir sur leurs réalités. L'approche de groupe est préconisée auprès des familles afin de briser l'isolement des jeunes mères.

En quelques chiffres :

45 semaines d'ateliers des groupes M.O.M.S

Plus de 50 thèmes abordés / activités offertes

Les thèmes et les activités sont choisis par les intervenantes par rapport aux besoins observés ou des demandes formulées par les mères. Cette année, parmi les thèmes qui ont été abordés et les activités offertes, nous retrouvons, entre autres :

- La discipline
- Les agressions à caractère sexuel
- Moment d'entraide et de partage
- La réalité des enfants dans le monde
- Le logement en tant que locataire
- La violence conjugale
- Comment économiser sur l'épicerie
- Le lien d'attachement
- Cuisiner du chocolat!
- La santé sexuelle et ITSS,
- La journée de beauté, le bien-être et la santé mentale
- Introduction des aliments sains chez les tous petits,
- Activité mère-enfant
- Rencontres individuelles
- Fête de la rentrée au parc (épluchette)
- Rencontre avec les enseignants et les bénévoles
- Levée de fonds
- Sortie aux pommes
- Activité de stimulation mère-enfant
- Activité de dons

- Sorties à l'étang du Grand-coteau ou au parc île des Moulins
- Activité de peinture
- Sortie aux citrouilles
- Bowling
- La courbe de croissance de l'enfant
- Bricolage
- Séance photographie mère-enfant
- Création de décorations de Noël lors de la visite de RBC et la Police de Terrebonne
- Brunch de Noël avec musique en live
- Remise de cadeaux de Noël
- Party de Noël
- Souper de Noël au restaurant Bygs
- Remise de paniers alimentaires
- Café-discussion
- Le petit pot de bonheur
- Activité mère-enfant de la St. Valentin
- Patinage
- Cabane à sucre (activités de relâche)
- Le langage et les stades du développement (en collaboration avec le CLSC)
- La socialisation : sorties au parc île-des-Moulins
- La confiance en soi
- La contraception
- Budget (avec la collaboration d'un syndic autorisé en insolvabilité)
- Conception d'un calendrier de l'Avent
- La communication (avec la collaboration d'une TS du CLSC)
- Les dépendances
- L'estime de soi
- Le sommeil
- L'arrêt tabagique
- Coaching parental
- L'anxiété
- Comment aller chercher de l'aide dans le réseau de la santé (811)
- La santé mentale







LE PARCOURS-ÉCOLE

Le parcours-école offre l'opportunité aux mères de retourner à l'école en leur permettant de faire le pont entre leur rôle de mères à la maison et l'école à temps plein ou le marché du travail. M.O.M.S s'engage à acquitter les frais scolaires des mères durant leurs parcours via le Centre L'Avenir.

M.O.M.S. offre un accompagnement personnalisé à chaque mère afin de l'aider à faire face à de différents défis en lui trouvant des solutions pratiques. Nous pouvons, par exemple, trouver des ateliers ou des cours qui seraient intéressants pour les mères et qui les encourageraient à sortir de chez elles. Une fois l'isolement brisé, nous pouvons travailler à l'organisation de leurs horaires, leur trouver une garderie pour les enfants, ou encore les accompagner pour qu'elles ne baissent pas les bras en cours de route. Ce qui fait notre différence : c'est que nous nous adaptons aux besoins spécifiques des mères pour qu'elles soient prêtes pour des études ou un emploi à temps plein.

L'organisation demeure un défi majeur pour les mères. Nous leur offrons plusieurs outils afin d'apprendre à concilier l'école, leur réalité familiale et leurs défis quotidiens.



En quelques chiffres :

90 rencontres du parcours-école

11 nouvelles inscriptions

17 DES en cours

1 abandon pour problème personnel

3 abandons non-justifiés

4 abandons pour un retour à temps plein à l'école ou programme de formation

1 abandon pour retour au travail

La présence de deux enseignants et d'une intervenante dans le parcours-école donne de meilleures chances de réussite aux élèves, un meilleur suivi des modules, la réduction du temps des explications, une augmentation de la motivation et de meilleurs résultats scolaires.

Cette année aussi, une mère a gagné le prix de la persévérance scolaire.

Plusieurs mères ont aussi gagné des bourses de la fondation Maman va à l'école pour leur parcours scolaire.

Autres bon coups :

- Réaménagement du local en fonction des besoins du groupe
- Animation quotidienne sur un volet de l'actualité
- Utilisation de divers outils afin de favoriser la motivation : tableau de motivation, plans d'actions individuels personnalisés, tirage de livres et autres matériaux scolaires/ménagers
- Développement d'outils afin de soutenir les mères dans leur apprentissage et leur organisation quotidienne
- Accès gratuit aux différents services de l'organisme : croque-livre, armoire à jouets, frigidaire solidaire, dons alimentaires et autres, halte-garderie, éducatrice, coaching parental

LES ATELIERS DE STIMULATION (SIPPE)

Les ateliers de stimulation parents-enfants sont offerts les jeudis chez M.O.M.S, avec la collaboration du CLSC.

Gisèle Boisvert est responsable de l'organisation avec le CLSC et de la mise en place de divers ateliers éducatifs qui font travailler les mères et leurs enfants âgés de 12 à 24 mois. Avec l'aide des grand-mamans bénévoles, Gisèle fait des activités qui favorisent le développement global des enfants. Les interventions sont orientées afin de répondre aux besoins des enfants.

C'est aussi un moment pour les mères de s'arrêter et d'avoir du plaisir avec leurs enfants en travaillant le lien d'attachement et les compétences parentales.





En quelques chiffres :

Plus de 40 rencontres

Plus de 10 activités à l'extérieur

Plus de 25 thématiques abordées avec le CLSC ou d'autres partenaires du communautaire

LES THÈMES ABORDÉS:

- Mon enfant et ses émotions
- Ça pousse les mousses
- L'enfant qui refuse de manger
- Mon enfant, ses émotions
- Jardiner avec son enfant
- L'estime de soi de nos enfants
- Les jeux adaptés selon l'âge,
- La sécurité estivale
- L'importance de prendre soin de soi
- La discipline
- Les différents styles parentaux

- Le condom du fun
- L'enfant qui refuse de manger
- Budget familial
- Rituels familiaux
- Les mythes alimentaires
- Le petit pot du bonheur
- Les maladies hivernales et l'hygiène nasale
- La stimulation du langage
- Les styles parentaux et l'impact sur les enfants
- Les crises de colère
- Être parents aujourd'hui
- La sexualité
- Vaccination, rhume et grippe
- Lecture et contes pour enfants
- Le bagage parental
- Les poux
- La nutrition
- Les perceptions
- Les saines habitudes de vie
- La sexualité et le plaisir
- L'importance de prendre soin de soi
- La planification alimentaire
- Les dépendances
- La gestion des émotions
- Mon enfant, ses émotions
- Les stades de développement

LES MOMENTS M.O.M.S

D'abord mis sur pied en collaboration avec la ville de Terrebonne et ensuite la TROCFL (collaboration maintenant terminée), le programme a été renommé « MOMentS M.O.M.S » et les activités bonifiées. Les ateliers ont permis aux mères de s'occuper de leur santé et de leur bien-être afin qu'en retour elles puissent prendre soin de leurs familles. Plusieurs fois par session, un professionnel de la santé/condition physique/bien-être en général est venu donner des ateliers aux mères, parfois seules, parfois accompagnées de leurs enfants. Les ateliers sont offerts pour stimuler la curiosité des mères face aux différentes facettes des saines habitudes de vie, en poursuivant l'adage « Une maman épanouie est une maman heureuse. » Ce sont tous les membres de la famille qui bénéficient des bienfaits.

L'invitation pour ces ateliers est lancée à toutes les participantes de M.O.M.S confondues (parcours-école, groupes M.O.M.S, SIPPE), mais aussi à la communauté de la MRC les Moulins.

Animâge est venu à deux reprises faire de la zoothérapie avec nos familles. Ces activités aident à stimuler l'attention et la mémoire, mais elles ont aussi aidé à améliorer la motricité et la

mobilité de certains enfants. Elles aident à éveiller les sentiments, ou encore à réduire le stress et l'anxiété.

De plus, nous avons eu des activités causeries avec les familles dans le but de briser leur isolement en leur faisant rencontrer d'autres familles qui ne sont pas inscrites chez M.O.M.S. Nous avons offert des collations spéciales à chaque rencontre, aux mères comme aux enfants.

L'organisme ANEB est venu faire un atelier sur les troubles alimentaires.

Onyx station beauté est venue faire un atelier sur l'hygiène corporelle et le soin de la peau. Il n'y a pas d'autres meilleurs moyens d'augmenter l'estime de soi que de prendre soin de son apparence!

Ceci nous fait penser à l'équipe « Projecthumanhair » de M. Ervin Duque (qui plus tard a rejoint le conseil d'administration de M.O.M.S) qui était venu offrir aux mères une journée beauté sans pareil à l'organisme, gratuitement. Au menu, coupe de cheveux, coiffure, soins esthétiques, maquillage, manicure, pédicure... et un gros boost de l'estime de soi!



TEAMS, quant à lui, est venu faire un atelier sur la gestion du stress alors que notre kinésologue préféré de longue date, M. Jérémy Maillé est venu faire des séances de sport avec les familles.

Nous sommes allés au parc aussi, ou encore fait des promenades-poussette pour donner aux familles le goût de découvrir le vieux Terrebonne.

Nous avons fait d'autres activités dans le plaisir avec les mères et les enfants, comme un bingo. En plus de ces activités, nous avons offert une fois par mois des dons à toutes les familles

et à d'autres familles qui pourraient bénéficier de nos services pour leur faire découvrir des saines habitudes de consommation.

En quelques chiffres :

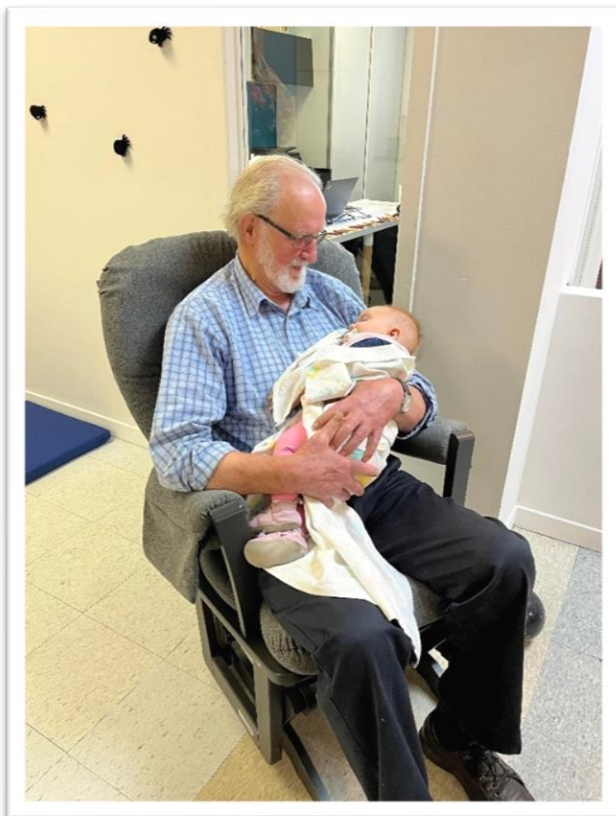
Plus de 30 familles rejointes

Plus de 10 partenaires impliqués



LA HALTE-GARDERIE

À la halte-garderie de M.O.M.S, nous accueillons les enfants des mères fréquentant l'organisme pendant qu'elles participent à nos activités. La halte-garderie est ouverte du lundi au jeudi de 8h à 16h. Les enfants sont accueillis par notre éducatrice et des grands-mamans bénévoles s'affairent à répondre à leurs besoins.



Monsieur Gilles Gamache, co-fondateur de M.O.M.S berçant un bébé à la halte-garderie.

En quelques chiffres :

44 semaines où la halte-garderie a été fréquentée

En moyenne 28h d'activités par semaine

1232h au total

11 bénévoles en moyenne affectés à la halte-garderie

De plus, 2 familles de M.O.M.S du parcours-école ont eu des places à la halte-garderie Croque Bonheur de notre partenaire **Le Carrefour Familial des Moulins**.

La halte-garderie de l'organisme **Parentfants** est aussi offerte à nos usagères du parcours-école ou pour le répit des mères.

ACTIVITÉS SPÉCIALES

En plus des différents groupes réguliers, M.O.M.S met sur pied des activités spéciales qui sont offertes aux mères de façon ponctuelle. Ces activités peuvent prendre différentes formes : célébrations, rencontres, sorties, discussions thématiques, bricolage, entre autres, qui sont toutes liées aux besoins des familles et permettent l'atteinte de divers objectifs :

- Renforcer le lien d'appartenance
- Faire du coaching parental dans de différents contextes
- Stimuler les enfants
- Développer des habiletés sociales et parentales
- Sensibiliser les familles sur de divers sujets d'actualité

Voici quelques exemples d'activités spéciales que nous avons organisé pour les familles :

- **Fête de fin d'année** au zoo
- Distribution d'items en lien avec la **prévention des traumatismes**
- **Activités de la rentrée (sortie aux pommes, sortie aux citrouilles)**
- **Halloween**
- **Zoothérapie**
- **Séance de photographie professionnelle**
- **Noël avec le restaurant Bygs**
- **Distribution de paniers de Noël**
- **Distribution de paniers après-Noël**
- **Saint-Valentin**
- **Cabane à sucre**

Autres activités spéciales :

♥ **L'Arbre de Joie**

En collaboration avec le **CSSDA**, cette activité permet aux enfants de recevoir un cadeau à Noël. Chaque famille note sur une carte le cadeau que leurs enfants aimeraient recevoir à Noël. Ces cartes sont ensuite accrochées sur le sapin de Noël aux Galeries Terrebonne. Les donateurs peuvent ainsi choisir une carte et rapporter les cadeaux pour les enfants, qui sont ensuite remis à M.O.M.S. Cette année, **82** enfants ont profité de la générosité des donateurs.

La **STM** a également remis des cadeaux à **53** enfants pour la Noël, de même que Filolmport, avec la collaboration du restaurant Bygs.

♥ Ma Première Académie

Lors de ce projet spécial, le propriétaire de la garderie, Ma Première Académie a sollicité les familles pour leur donner des cadeaux pendant la période des fêtes. Au total, plus de 50 cadeaux reçus. Ce fut une belle surprise bien appréciée pour les mères.

♥ Cadeaux de l'école Léopold-Gravel

Des élèves de la maternelle ont choisi un jouet qu'ils ont eux-mêmes emballé et décoré pour venir le porter chez M.O.M.S. afin de l'offrir à un enfant. Nous avons reçu plus de 50 cadeaux au total. Un cadeau d'un enfant à un autre, c'est le meilleur cadeau du monde!

PROJETS COMMUNAUTAIRES

CROQUE-LIVRES, CROQUE-TOUTOUS ET ARMOIRE À JOUETS



Le croque-livre et l'armoire à jouets sont installés devant les locaux de M.O.M.S pour le partage de livres pour les enfants, mais aussi pour les plus grands. Le croque-toutous, quant à lui est à l'accueil et apporte de la joie et des sourires à chaque enfant qui arrive chez M.O.M.S. Les mères et les enfants peuvent se servir à volonté.

Cette année encore, un partenariat avec la **bibliothèque de Terrebonne** nous a permis de recevoir des centaines de livres en don. Nous avons donc pu laisser libre accès au croque-livre aux usagers de M.O.M.S, mais aussi aux enfants de la communauté, qui passent prendre un livre ou deux en rentrant chez eux de l'école.

FRIGO GÉNÉREUX



En collaboration avec le **CJE**, le frigidaire communautaire est réapprovisionné régulièrement par nos partenaires. Les principes de partage et de non-gaspillage demeurent au cœur de cette initiative.

FORMATIONS

Voici quelques exemples de formations que les employés ont suivi afin de consolider les outils existants pour mieux aider la clientèle :

- Communautés de pratique de la TROCFL
- Orthophonie sociale
- À chacune sa couleur
- Les relations interpersonnelles
- Formation Ressources humaines et gestion
- Apprendre à dormir comme à marcher
- Le plancher pelvien et périnée
- Le développement moteur du nourrisson
- L'image corporelle et le sport : bienfaits et risques
- Devenir une personne efficace : La gestion du temps, des activités et des priorités
- Les habiletés parentales

- L'alimentation par la DME
- Les familles recomposées
- La prévention de la violence conjugale (reconnaître les indices chez les enfants et comment référencer)
- Formation Lanterne
- La santé mentale infantile

REPRÉSENTATIONS ET RÉFÉRENCES

- Parenfants
- Carrefour Familial des Moulins
- AideHomme
- Symphonie du Boisé
- Galilée
- Uniatox
- Centre de Crise
- Centre de Prévention Suicide
- 811 Info Santé/Info Social
- Comité d'Aide Lachenois
- CLSC
- ACEF
- Aide juridique
- Ligne Covid
- Centre d'Entraide Mascouche
- Comité d'aide aux Plainois
- Café de Rue
- Office Municipal d'Habitation
- Carrefour Familial des Moulins
- CJE
- Panda
- Nourri-Source Lanaudière
- La Hutte
- Le Trajet
- Regroupelle
- Regard en Elle
- HLM de Mascouche et de Terrebonne
- Vilavi

RÉSEAUX SOCIAUX

Les intervenantes de M.O.M.S utilisent les réseaux sociaux de plus en plus pour rejoindre les mères, ou pour être à l'affût de ce qui se passe dans le monde communautaire.

Cette année aussi les réseaux sociaux étaient notre moyen de prédilection de rester en contact avec les mères, les bénévoles et les partenaires, de constituer une base de personnes engagées dans notre mission et de diffuser le message sur notre organisme.

Comptant à ce jour **1 400** mentions J'aime et **1 600** abonnements, la page permet à la population de se tenir informée de nos nombreuses activités, de la sensibiliser à notre mission et d'augmenter la visibilité de l'organisme. De plus, la messagerie, qui y est associée a permis à plus de **150** personnes de nous contacter afin de nous faire des dons d'objets et de vêtements divers qui ont été acheminés aux mères gratuitement.

Nous avons aussi un compte Instagram et un compte TikTok qui sont alimentés régulièrement et permettent de partager de beaux moments vécus à l'organisme.



IMPLICATION DANS LA COMMUNAUTÉ

La solidarité étant au cœur de nos actions, M.O.M.S. a continué cette année à travailler avec plusieurs regroupements d'organismes locaux et régionaux, soit :

- La TROCL (Table régionale des organismes communautaires de Lanaudière)
- La TROCFL (Table régionale des organismes communautaires familles de Lanaudière)
- La FQOCF (Table régionale des organismes communautaires Familles)
- L'AHGCQ (Association des Haltes-garderies communautaires du Québec)
- La CCIM (Chambre de commerce et d'industries Les Moulins)

Nous sommes également membres des lieux de concertation suivants :

- Comité de ressources pour les jeunes familles
- TISSUS (Table pour favoriser l'inclusion sociale et contrer les inégalités sociales et de santé)
- Comité persévérance scolaire

NOS PARTENAIRES

Nos nombreux partenaires nous permettent de fournir aux jeunes mères le soutien et l'accompagnement nécessaires à la réalisation de leur projet de vie. Par notre approche, nous favorisons les références et le travail partenarial qui en découle :

- JC Perreault
- ACEF
- CISSS, composante CLSC Lamater
- CISSS, composante Centre Jeunesse
- L'Aide Juridique de Terrebonne
- Carrefour Familial des Moulins
- CALACS La Chrysalide
- Carrefour Jeunesse Emploi des Moulins
- L'ensemble des Centres de la Petite Enfance les Moulins
- Centre L'Avenir
- La Commission Scolaire des Affluents
- Le Comité d'Aide aux Lachenois
- Le Comité d'Aide aux Plinois
- Le député de Terrebonne, ministre de l'Économie et de l'Innovation, Ministre responsable du Développement économique régional, M. Pierre Fitzgibbon
- Le député de Masson, M. Mathieu Lemay
- Le Maire de la Ville de Terrebonne, M. Mathieu Traversy
- Le Maire de Mascouche, M. Guillaume Tremblay
- Député fédéral de Terrebonne, Mme. Nathalie Sinclair Desgagné
- Le Ministère de la famille et des aînés
- Regroup'elles
- Uniatox
- La Ville de Terrebonne
- Le Service de Police de la ville de Terrebonne
- Parenfants
- Galilée
- Garderie Ma Première Académie
- La Hutte
- Le Café de rue de Terrebonne
- Tous les Enfants de l'Autre Monde
- Aminate
- Centraide de Mascouche
- L'Office Municipal d'Habitation de Terrebonne
- Action Logement Lanaudière
- Maman va à l'école
- Coopérative Le Chez Nous du Communautaire
- AideHomme
- La STM

- Cegep de Terrebonne
- Cegep Marie-Victorin
- Collège Montmorency
- Moisson Laurentides
- Tablee des chefs

Et quelques partenaires privés :

- Restaurant Bygs
- FiloImport
- Boulangerie Lazio
- La Caisse Populaire Desjardins de Terrebonne
- Floréa
- Banque RBC

PERSPECTIVES D'AVENIR

Nous redoublons d'efforts pour :

- Trouver des stratégies afin de rejoindre les familles isolées
- Développer des ateliers qui répondent aux besoins des jeunes familles;
- Favoriser l'implication des mères dans le comité des mères;
- S'impliquer dans des projets visant l'obtention de logements sociaux pour les familles;
- Développer de nouvelles opportunités de partenariat;
- Diversifier les opportunités de bénévolat;
- Maintenir la visibilité de l'organisme sur les réseaux sociaux.
- Consolider le travail d'équipe au sein de l'équipe d'intervention;



MOUVEMENT ORGANISÉ
DES MÈRES SOLIDAIRES

<http://www.momsterrebonne.org/>

info@momsterrebonne.org

640, Rue Langlois, Bureau 1, Terrebonne, QC J5W 4P3

(450) 961 9107

Passez nous voir!