



RAPPORT À LA COMMUNAUTÉ

2025-2026



TABLE DES MATIÈRES

Rédaction

Sophie Morel
Aurélie Doyen
Cinthya Mamani
Ellie Nash

Révision

Marie-Lyne Rochon

Graphisme

Sophie Morel
Cinthya Mamani
Aurélie Doyen

- 2 Mot de la présidente
- 3 À propos
- 10 Un soutien essentiel
- 12 Bénévoles et membres
- 18 Vie associative et démocratique
- 22 Services et réalisations
- 27 Projets porteurs de sens
- 30 Secteurs en action
- 35 Engagement dans la communauté
- 40 Situation financière

À Nourri-Source Montréal, nous traitons avec grand respect la spécificité et la diversité de chaque personne et de chaque famille. Nous valorisons une diversité de personnes, de valeurs et de points de vue afin de bâtir une communauté solidaire et inclusive.

Nous souhaitons accueillir toutes les familles qui nous sollicitent, cependant nous reconnaissons que la route peut être longue avant d'atteindre cet objectif à la grandeur de l'organisme.

La majorité des membres de Nourri-Source Montréal s'identifiant comme femmes, le genre féminin est utilisé dans le but d'alléger le texte ; il comprend également les autres genres.



MOT DE LA PRÉSIDENTE

À la grande communauté de Nourri-Source Montréal,

Quelle chance de vous compter parmi nous ! Malgré vos vies bien remplies, vous prenez du temps pour Nourri-Source Montréal. Ce geste, loin d'être banal, fait toute la différence !

Cette année, nous avons poursuivi le chemin entamé au cours des deux dernières années. Nous avons évolué de l'enracinement à l'éclosion, puis à la pollinisation ! Nous sommes un peu comme une grande ruche où évoluent des abeilles incroyables : vous.

Vous, nos bénévoles qui s'activent partout à Montréal, créez des liens, écoutez, rassurez, partagez. Vous effectuez un travail discret, mais essentiel. Vous semez quelque chose de précieux dans la vie des familles : de la confiance, du soutien et un peu de douceur dans des moments parfois intenses.

Et comme dans une ruche, chaque geste compte. Chaque appel, chaque jumelage, chaque échange. Cette année, nous avons fait un choix important : revenir à l'essentiel. Se rappeler pourquoi nous sommes là. Et l'essentiel, chez nous, c'est clair : les bénévoles et les jumelages ! C'est là que tout se passe et que notre mission prend vie !

Nous avons aussi pris le temps de regarder comment nous fonctionnons, à l'interne. Pas le côté le plus visible ou le plus excitant, avouons-le... mais ô combien nécessaire. Parce qu'une ruche, pour bien rouler, ça prend une bonne organisation derrière.

En parallèle, nous avons effectué un important travail de consolidation, pour faire mieux et de manière durable. Ça passe entre autres par notre stratégie de financement, car continuer à offrir nos services, à soutenir les familles, à accompagner les bénévoles... ça demande des ressources !

Là-dessus, nous ne pouvons pas passer sous silence la mobilisation « Le communautaire à boutte ». Cette année, nous avons levé la main, avec beaucoup d'autres organismes, pour dire : « ça ne peut plus reposer uniquement sur la bonne volonté ». Oui, l'engagement est là. Oui, la passion est là. Mais ça prend aussi des conditions qui tiennent la route pour continuer.

ISABELLE POULIN
Présidente du CA

Malgré tout ça, et je pense que c'est important de le dire, il y a quelque chose de vraiment fort chez Nourri-Source Montréal : notre équipe. Une équipe engagée, créative, résiliente, qui s'adapte, qui trouve des solutions et qui tient le fort même quand ça brasse. Et ça aussi, ça fait toute la différence !

Enfin, nous avons commencé à nous projeter dans l'avenir, avec une réflexion importante : comment faire en sorte que notre soutien soit accessible à encore plus de familles ? Parce que nous le savons, l'accès n'est pas égal pour tout le monde.

Donc, nous posons les vraies questions : comment mieux rejoindre certaines communautés ? Comment enlever des barrières ? Comment s'assurer que personne ne soit laissé de côté ? C'est un chantier important, et ça va guider nos prochaines étapes.

Malgré tous les défis, il y a des lueurs d'espoir. Elles sont dans votre engagement. Dans la force de notre réseau. Dans les liens que nous créons, jour après jour. Dans cette capacité que nous avons, collectivement, de s'ajuster et de continuer.

Parce qu'au final, Nourri-Source Montréal, ce n'est pas juste une organisation. C'est une communauté. Une chaîne d'entraide. Une ruche vivante. Et chacun.e d'entre vous y joue un rôle essentiel ! Alors merci. Vraiment. Merci pour votre temps, votre cœur, votre présence. Merci de faire partie de cette ruche-là.

Continuons à polliniser, ensemble !



À PROPOS

Plus de 40 ans après sa fondation, Nourri-Source Montréal poursuit son action et son développement sur le territoire de l'île de Montréal.

Au cœur de sa mission : l'allaitement, les familles et les marraines bénévoles.



NOURRI-SOURCE MONTRÉAL

Mission

Nourri-Source Montréal a pour mission de développer une communauté et des environnements favorables afin que les mères qui souhaitent allaiter et leur entourage vivent une expérience positive de l'allaitement.

La mission de l'organisme se réalise par :

- le soutien des mères par un service de jumelage gratuit avec des marraines d'allaitement
- la création de lieux d'appartenance par la participation des marraines à un réseau d'entraide permettant aux mères de briser l'isolement en période postnatale
- la promotion et la diffusion de contenu informatif, de formations adaptées et d'outils fiables
- la normalisation de l'allaitement dans l'espace public par la création de la Route du lait

Valeurs

Ouverture
Respect
Solidarité
Autonomie

Vision

Nourri-Source Montréal contribue à normaliser l'allaitement et à favoriser le partage, de mère à mère, de connaissances liées à l'allaitement.

Approche

Nourri-Source Montréal se démarque par une approche empreinte d'ouverture, de respect et de souplesse. L'organisme reconnaît la diversité des familles et des vécus liés à l'allaitement.

Les services sont offerts gratuitement à l'ensemble des familles montréalaises sans porter de jugement sur leurs décisions en matière d'allaitement.



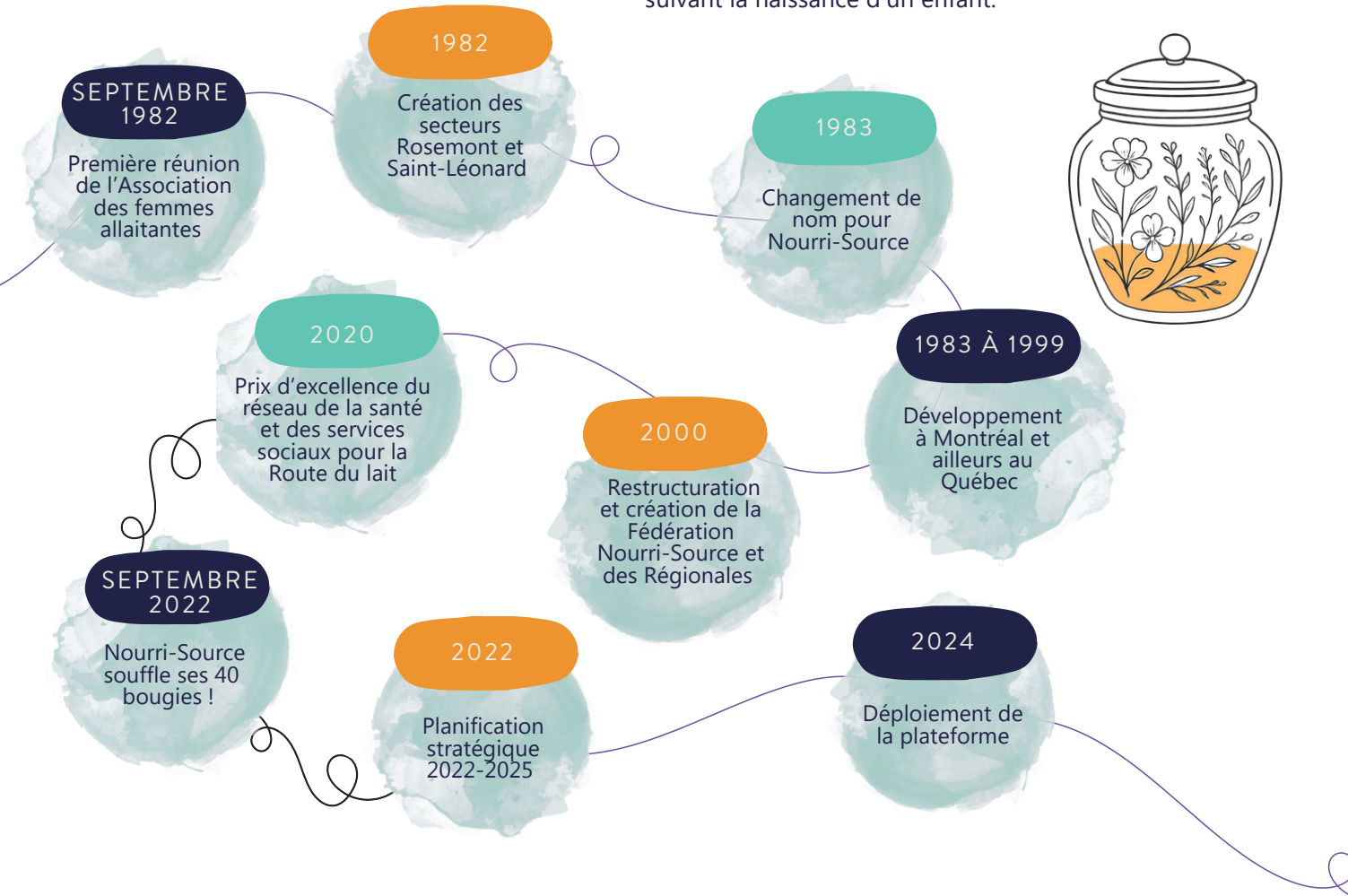
PLUS DE 40 ANS DE SOUTIEN À L'ALLAITEMENT

Au Québec, en 1982, l'allaitement est insuffisamment soutenu.

Par conséquent, beaucoup de femmes cessent d'allaiter plus tôt qu'elles ne le souhaitaient.

C'est pourquoi Liette Bernier, une nouvelle maman du quartier Mercier-Ouest, fonde une association.

Sa mission : soutenir les femmes qui choisissent d'allaiter en brisant l'isolement des premières semaines suivant la naissance d'un enfant.



LE RÉSEAU NOURRI-SOURCE

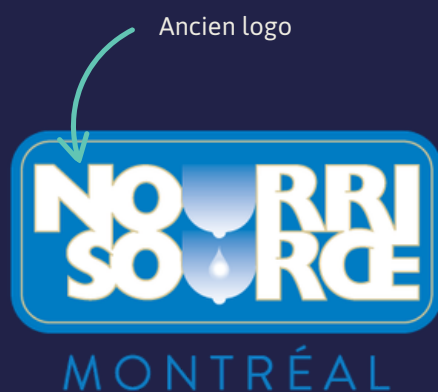
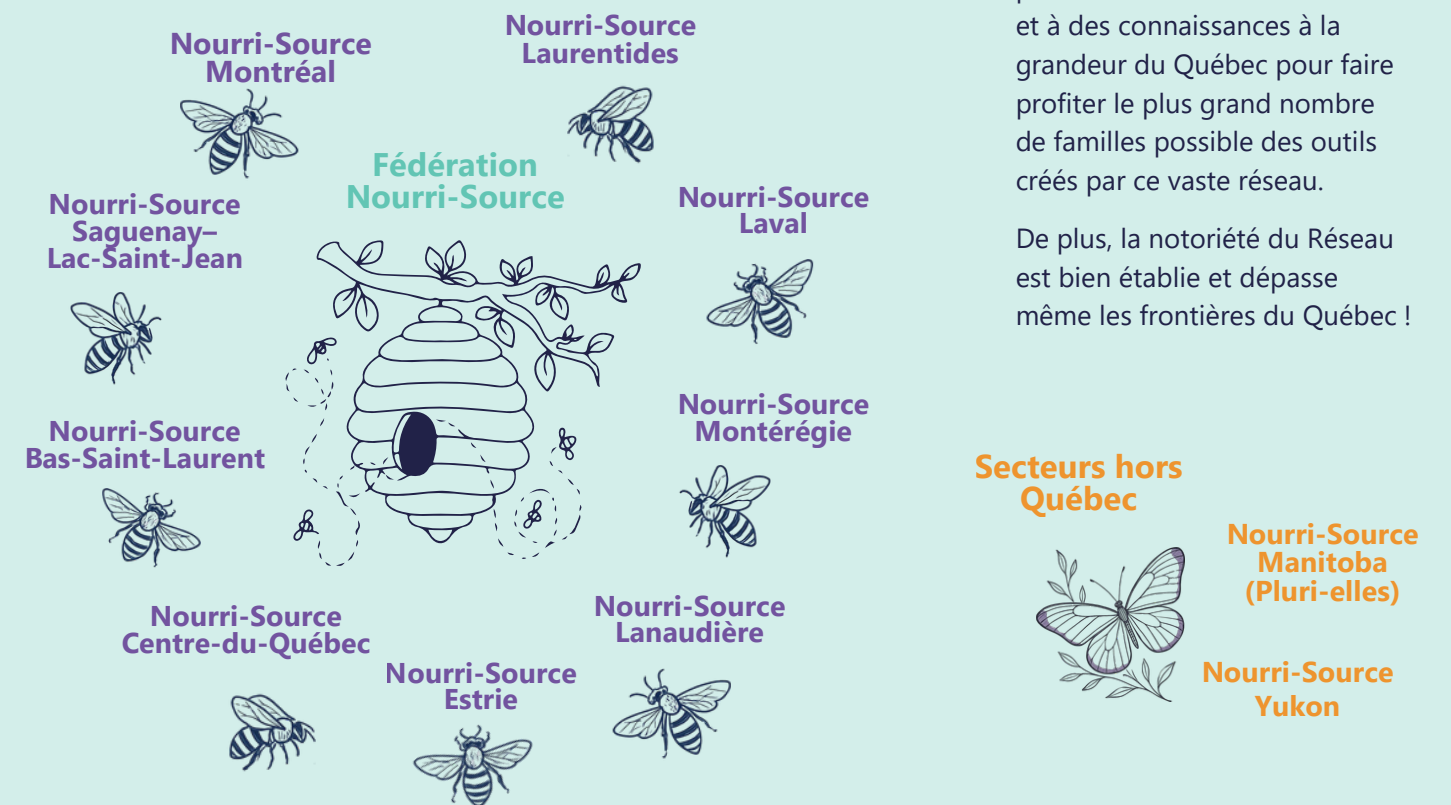
766
bénévoles
impliquées

Nourri-Source Montréal fait partie d'un réseau d'organismes communautaires autonomes membres de la Fédération Nourri-Source.

Ces organismes partagent une philosophie commune et assurent les services de soutien à l'allaitement sur leur territoire respectif.

Le regroupement d'organismes permet l'accès à des ressources et à des connaissances à la grandeur du Québec pour faire profiter le plus grand nombre de familles possible des outils créés par ce vaste réseau.

De plus, la notoriété du Réseau est bien établie et dépasse même les frontières du Québec !



« Je crois de plus en plus que l'allaitement ou le sevrage peut être vécu au beau fixe, quand on ne vit pas seule sur une île. »

Liette Bernier, fondatrice de Nourri-Source
Novembre 1983



La place de Nourri-Source Montréal dans le Réseau

Berceau du Réseau, Nourri-Source Montréal reste à ce jour la plus grande Régionale. La complexité liée au contexte montréalais l'amène à s'adapter constamment aux besoins changeants du milieu.

Elle se démarque par ses innovations, sa capacité à travailler dans des contextes variés, la diversité de ses membres et la portée de son action.

2025-2026 EN BREF

Nourri-Source Montréal

Haltes et jasettes

Un soutien de proximité qui fait la différence

 **23**
lieux
différents

 **3 861**
parents
joint

 **643**
participations
de marraines

 **1 477**
familles
vues par
une IBCLC

512
rencontres

Service le plus demandé

Plus de
5 000
parents
soutenus

Près de
14 500
heures de soutien
aux familles par les
bénévoles

Au service
des familles
allaitantes et de la
communauté
montréalaise
depuis
1982

Services complémentaires

 **15**
ateliers virtuels
de préparation
à l'allaitement

 **145**
prêts de
tire-lait

Communauté

Des ressources pour s'informer

105
membres du Guide
des ressources

610
membres de la
Route du lait

560
fiches répertoriées sur
le Centre d'information

Bénévoles

Au cœur de notre mission

 **306**
marraines
d'allaitement

 **12**
bénévoles
de soutien

3,9 ans
d'implication par
les marraines en
moyenne

318
bénévoles

Soutien multilingue

Un soutien inclusif pour toutes les familles

25 langues
représentées

Français
Anglais
Portugais
Espagnol
Allemand
Italien
Arabe
Créole haïtien
Autres

Jumelages

Un accompagnement personnalisé

1 141
demandes

 **54 %**
prénatales

 **46 %**
postnatales

Concertation

Unis pour faire avancer la cause

 **16**
instances de
concertation

2
provinciales

5
régionales

9
locales

DESSERVIR L'ENSEMBLE DU TERRITOIRE MONTRÉALAIS

Nourri-Source Montréal dessert l'ensemble du territoire de l'île de Montréal. La diversité des services et leur accessibilité varient d'un quartier à l'autre en fonction du développement réalisé au fil des ans, des projets financés, des partenariats locaux et des besoins de la communauté.

Évidemment, couvrir un aussi vaste territoire entraîne son lot de défis dans un contexte de ressources limitées. Dans la mesure de ses capacités, l'organisme adapte ses services aux besoins et aux réalités locales, et tend vers l'équité territoriale.

Le territoire en chiffres

Portrait des résident.e.s

Population de l'agglomération de Montréal (2021)*

2 004 265
résident.e.s

41 % né.e.s hors du Canada

17,5 % au Canada depuis < 5 ans

5 % âgé.e.s 0-4 ans

20 % familles monoparentales

Portrait des naissances

Naissances dans la région administrative de Montréal (2025)**

19 423
naissances

6 % mères âgées < 25 ans

7 % naissances prématurées (2022)

58 % mères nées à l'étranger (2022)

37 % mères ne parlant ni français ni anglais

25 %
des naissances au Québec

De nombreuses structures politiques

Agglomération de
Montréal

19 arrondissements

15 villes liées

18 circonscriptions
électorales
fédérales

27 circonscriptions
électorales
provinciales

Plusieurs partenaires institutionnels...

28 CLSC

1 clinique communautaire

9 hôpitaux accoucheurs

5 maisons de naissance

5 CIUSSS

... et communautaires !

Des **centaines**
d'organismes œuvrant
auprès des familles

En 2025, plus de

18 450

femmes montréalaises
ont initié l'allaitement
de leur bébé

27 %
des naissances

26 %
des familles avec
enfants 0-4 ans

17 %
de monoparentalité
avec enfants 0-4 ans

32 %
d'immigration

54 %
de familles immigrantes
avec enfants 0-4 ans

CIUSSS
DE L'EST

En 2022,

1 sur 5

Montréalais.e.s rapporte
avoir vécu de l'insécurité
alimentaire*

25 %
des naissances

28 %
des familles avec
enfants 0-4 ans

14 %
de monoparentalité
avec enfants 0-4 ans

39 %
d'immigration

60 %
de familles immigrantes
avec enfants 0-4 ans

CIUSSS
DU NORD

22 %
population

15 %
des naissances

31 %
des familles avec
enfants 0-4 ans

13 %
de monoparentalité
avec enfants 0-4 ans

25 %
d'immigration

43 %
de familles immigrantes
avec enfants 0-4 ans

CIUSSS
DU CENTRE-SUD

16 %
population

16 %
des naissances

19 %
des familles avec
enfants 0-4 ans

11 %
de monoparentalité
avec enfants 0-4 ans

32 %
d'immigration

46 %
de familles immigrantes
avec enfants 0-4 ans

CIUSSS
DE L'OUEST

18 %
population

17 %
des naissances

24 %
des familles avec
enfants 0-4 ans

11 %
de monoparentalité
avec enfants 0-4 ans

42 %
d'immigration

58 %
de familles immigrantes
avec enfants 0-4 ans

CIUSSS
DU CENTRE-OUEST

18 %
population

*Ville de Montréal. Montréal en statistiques

**Institut de la statistique du Québec. Naissances - Régions administratives

UN CONSEIL D'ADMINISTRATION ENGAGÉ



De nouveau cette année, les membres du CA ont démontré un engagement hors pair envers l'organisme. Ils ont su épauler efficacement l'équipe de travail à travers la mise en œuvre de la planification stratégique et l'adaptation de l'organisme au contexte changeant. La recherche de financement et la consolidation des services ont mobilisé l'ensemble du CA tout au long de l'année.

En avril 2025, Pamela Simard a dû mettre fin à son mandat en raison d'un changement professionnel limitant sa disponibilité. Isabelle Johnson, une membre impliquée depuis plus de 20 ans, a été cooptée pour combler le poste vacant.

Lors de l'AGA, Isabelle Poulin et Margot Saunier ont redéposé leur candidature, mais Behzad Damghani a signifié qu'il souhaitait laisser sa place pour des raisons personnelles. Ayant été cooptées en cours d'année, Isabelle Johnson et Pascale Léon devaient être élues lors de l'assemblée. Deux personnes supplémentaires se sont présentées, ce qui a mené à un vote.

Ainsi, Isabelle Poulin, Margot Saunier, Pascale Léon, Héroïse Rolland et Yohan Lamurias (ancien employé) ont été élu.e.s pour combler les cinq postes en élection. Ce n'était que partie remise pour Isabelle Johnson, qui a été cooptée en janvier 2026 suite au départ de Pascale Léon pour des raisons personnelles !

Membres du conseil d'administration



ISABELLE POULIN
Présidente
Marraine d'allaitement
Au CA depuis 2020



MARGOT SAUNIER
Vice-présidente
Marraine d'allaitement
Au CA depuis 2021



ARIANE CAMPEAU
Trésorière
Membre amie
Au CA depuis 2022



ANNE DU SABLON
Secrétaire
Marraine d'allaitement
Au CA depuis 2023



YOHAN LAMURIAS
Administrateur
Membre ami — Père
Au CA depuis 2025



HÉLOÏSE ROLLAND
Administratrice
Marraine d'allaitement
Au CA depuis 2025



ISABELLE JOHNSON
Administratrice
Membre amie
Au CA depuis 2025



PASCALE LÉON
Administratrice
Bénévole de soutien
Au CA jusqu'en janvier 2026



9
rencontres
régulières

4
membres
bénévoles

3
membres
ami.e.s

« L'engouement à s'impliquer au CA démontre bien la vitalité de la vie démocratique de l'organisme! »

Comités du CA

En plus de leur participation aux rencontres courantes, les membres du CA s'impliquent dans différents comités pour mettre pleinement à profit leurs connaissances et leurs compétences.

Ressources humaines

Isabelle Poulin
Margot Saunier

Ce comité permanent du CA soutient la direction générale dans le processus d'embauche et la gestion des ressources humaines. Il veille également au maintien et à l'amélioration des conditions de travail des employé.e.s. Cette année, le comité a participé à l'embauche de deux employées.

Financement et stratégie politique

3
rencontres

Ariane Campeau
Margot Saunier
Héroïse Rolland

Ce comité permanent du CA soutient la direction générale dans la mise en œuvre de la stratégie de développement philanthropique et dans la recherche de financement. Il a poursuivi les démarches auprès des acteurs politiques et a priorisé les actions de collecte de fonds pour l'année.

UNE ÉQUIPE DE TRAVAIL SOUDÉE ET BIENVEILLANTE



L'année 2025-2026 a (encore !) été marquée par des changements dans l'équipe de travail :

-  Retour d'Ellie d'un congé de maternité
-  Départ de Yohan qui remplaçait Ellie
-  Passage de Jennifer de contractuelle à IBCLC salariée
-  Départ de Rosita (abolition du poste)
-  Création d'un mandat de coordonnatrice des bénévoles
-  Accueil d'une agente de soutien pendant deux mois avec une subvention salariale
-  Réorganisation des tâches et répartition des mandats
-  Optimisation de la structure de travail

Malgré tous ces changements, l'équipe est restée soudée, bienveillante et confiante.

Une belle dynamique de travail collaboratif, une solidarité entre les membres et une approche de gestion participative contribuent certainement à ce succès.

La pérennisation de l'équipe de travail guide la prise de décisions, qui est parfois délicate et difficile.

L'engagement de l'équipe envers la mission va bien au-delà du travail. En effet, plusieurs employées ont d'abord été des bénévoles et quatre d'entre elles sont encore actives dans leur secteur.

Afin de conserver le lien précieux avec les familles et les bénévoles, la directrice participe à une halte-allaitement toutes les semaines en tant qu'IBCLC.

Miser sur le développement des connaissances et des compétences

Nous reconnaissons le caractère essentiel du perfectionnement de l'équipe de travail.

Des démarches sont donc entreprises pour améliorer l'efficacité, les connaissances et les compétences collectives.

C'est dans cet esprit de développement que les membres de l'équipe ont participé à des formations et à des ateliers sur des sujets variés, dont :

-  Allaitement et périnatalité
-  Parcours migratoires
-  Coparentalité et paternité
-  Diversité sexuelle et de genre
-  Transformation numérique
-  Gestion de bénévoles



« Travailler à Nourri-Source Montréal, c'est non seulement être acceptée comme on est, mais aussi appréciée pour ce qu'on est. »

Marie-Lyne

« Notre équipe, c'est une grande famille où on se soutient mutuellement et où on favorise l'épanouissement de chacune. »

Sophie

« Nous aussi, on t'aime Marion! »

Toute l'équipe

Les IBCLC, des consultantes en lactation certifiées

Qu'est-ce qu'une IBCLC ?



Les consultantes en lactation certifiées de l'IBLCE (IBCLC) sont des professionnelles ayant démontré des connaissances spécialisées et une expertise clinique en matière d'allaitement et de lactation humaine.

Leur contribution est particulièrement pertinente lorsque les mères vivent des situations complexes qui dépassent le rôle de la marraine et les connaissances des professionnel.le.s de la santé qui accompagnent ces familles.

Leurs rôles dans l'organisme

Plusieurs IBCLC ont travaillé en tant que contractuelles au courant de l'année pour participer à des haltes-allaitement, offrir des consultations individuelles aux familles, former des bénévoles et animer des ateliers de préparation à l'allaitement.

En juin, Jennifer a intégré l'équipe, ce qui a permis de combler la majorité des besoins en IBCLC, mais a mis fin à la plupart des mandats contractuels.

La difficile décision de réduire la présence de collaboratrices de longue date visait le rehaussement du soutien des bénévoles et la pérennisation des services aux familles.

Nous remercions sincèrement les IBCLC contractuelles pour leur implication dans l'organisme au fil des ans !



« À l'été 2023, j'ai fait mes premiers remplacements comme consultante dans certaines haltes-allaitement. C'était pour moi la continuité toute tracée, depuis mes débuts de bénévole jusqu'à mes premiers échanges avec des familles comme professionnelle en allaitement.

Le mot « merci » est bien faible comparativement à tout ce que l'organisme a pu m'apporter comme nouvelle arrivante, bénévole et aujourd'hui professionnelle ! »

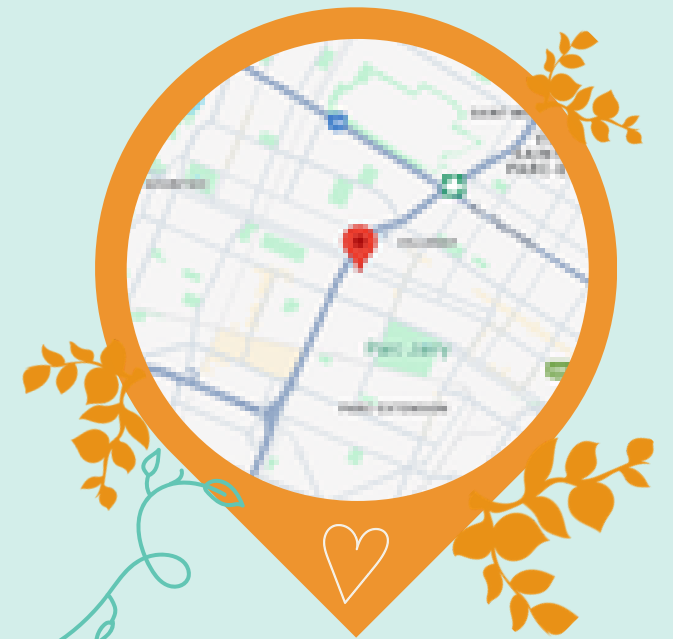
Marie Delsol, IBCLC

UN BUREAU RÉGIONAL CENTRAL ET ACCUEILLANT

Depuis juin 2022, Nourri-Source Montréal occupe des bureaux dans le quartier Villeray avec Alternative Naissance, un partenaire de longue date.

Cette cohabitation rend possible un partage de ressources et la mise en place de services conjoints. L'espace permet la tenue de rencontres de travail, d'activités de groupe et de rencontres individuelles.

La facilité d'accès en transport en commun et en voiture, tout comme l'ambiance chaleureuse et le confort des locaux, sont grandement appréciés par l'équipe de travail et par les membres de l'organisme.



8591, rue Saint-Denis
Montréal, QC H2P 2H4

Près de
1 700 heures
d'ouverture
réparties sur
240 jours

Périodes d'ouverture à la communauté

Le bureau régional de Nourri-Source Montréal est ouvert du lundi au jeudi de 9 h à 16 h (à l'exception du temps des Fêtes).

Les services de l'organisme sont généralement offerts à l'intérieur de ces heures d'ouverture, mais peuvent également se dérouler en soirée ou pendant la fin de semaine.

C'est le cas notamment du soutien téléphonique effectué par les bénévoles et des ateliers de préparation prénatale.

Des haltes-allaitement ont également lieu les vendredis chez des partenaires de la communauté.



UN SOUTIEN ESSENTIEL

De nombreuses instances de santé internationales,
nationales et provinciales recommandent :



La pratique de
l'allaitement exclusif
pendant les 6 premiers
mois de l'enfant



La poursuite de l'allaitement, combiné
à d'autres aliments, pendant 2 ans et
au-delà selon les limites et les besoins
de la mère et de l'enfant

L'ALLAITEMENT, SOURCE DE VIE



L'allaitement constitue la norme biologique
et physiologique de l'alimentation du petit
humain et participe activement à son
développement global sur les plans
physique, cognitif, affectif et immunitaire.

Les impacts de l'allaitement
s'étendent bien au-delà de la
période périnatale, influençant de
nombreux aspects de la vie des
individus impliqués et de la société.

L'importance de l'allaitement

Pour le nourrisson et le bébé

- Alimentation adaptée
- Développement du lien d'attachement
- Réduction du risque de certaines maladies
- Proximité et sécurité
- Croissance optimale



Pour la mère

- Effet protecteur sur la santé de la femme
- Confiance parentale
- Meilleure récupération post-partum
- Interaction privilégiée



- Intégration pratique dans le quotidien

- Création d'une culture familiale

- Mode alimentaire économique et sécuritaire

Pour la famille



- Réduction des coûts sociaux de la santé

- Gain écologique

- Diminution de l'absentéisme au travail

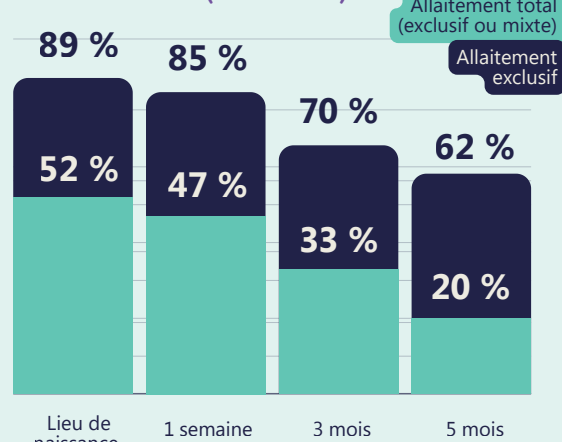
Pour la société



Du désir à la réalité : un écart important



Taux d'allaitement au Québec (2021-2022)



Même si allaiter est un geste naturel, il n'est pas toujours facile, surtout au début !

Un écart important existe entre le désir d'allaiter des familles et la réalisation de ce projet, ce qui peut entraîner une détresse chez les parents.

Avant la naissance de leur enfant, les mères d'une vaste majorité des bébés avaient l'intention d'allaiter de façon exclusive.

Parmi les bébés dont la mère avait l'intention d'allaiter, la moitié d'entre eux ont une mère qui voulait allaiter exclusivement pendant les 6 premiers mois.

Une multitude de barrières

Plusieurs études démontrent qu'une faible proportion de femmes arrêtent d'allaiter au moment où elles l'avaient prévu.

Une forte proportion des mères se heurtent à des barrières qui leur font arrêter l'allaitement plus tôt qu'elles ne l'auraient souhaité.

- Difficultés liées à l'allaitement
- Manque d'information ou informations contradictoires
- Méconnaissance des services de soutien ou difficulté d'accès à ces services
- Manque de soutien (du partenaire, de l'entourage, du système de santé)
- Absence de modèles positifs
- Retour au travail ou aux études
- Stress ou sentiment d'incompétence

« L'échec de l'allaitement reflète souvent un système de soutien inadéquat et une culture d'allaitement encore trop fragile plutôt que les compétences et les capacités de la personne elle-même. »

« Notre marraine d'allaitement a été une ressource précieuse dans un moment particulièrement fragile pour notre famille.

Ayant elle-même vécu une expérience de prématurité, elle comprenait réellement ce que nous traversons.

Son écoute attentive, sans jugement, et sa capacité à décoder le jargon hospitalier nous ont énormément rassurés.

Nous nous sommes sentis compris, soutenus et accompagnés avec beaucoup de bienveillance, ce qui a fait toute la différence dans notre parcours d'allaitement. »

SOUTENIR L'ALLAITEMENT

Un enjeu de société

La famille, et en l'occurrence la mère, sont les acteurs principaux en ce qui concerne la décision d'allaiter. Cependant, il revient à la société d'être responsable de leur offrir des environnements favorables, qu'ils soient physiques, économiques, politiques ou socio-culturels.

L'effet protecteur de l'allaitement sur la santé des mères et de leurs enfants est un facteur clé dans la lutte contre les disparités en matière de revenu et de bien-être. La littérature scientifique met en évidence la nécessité d'un réseau de soutien local et communautaire afin de réduire les inégalités sociales entre femmes.

Une des stratégies efficaces identifiées pour protéger la femme allaitante et sa famille est la mise en œuvre de services de soutien de groupe en milieu communautaire. Le soutien par les pairs est d'ailleurs une stratégie reconnue pour améliorer les taux d'allaitement, tel que soutenu par la condition 10 de l'IAB.

Cela offre une continuité dans les soins en allaitement, et ce, sans limite de temps quant aux ressources mises à disposition des familles allaitantes. En 2021-2022, parmi les bébés qui ont reçu du lait maternel, environ 21 % ont une mère qui a consulté une personne d'un groupe d'entraide.



NOURRI-SOURCE MONTRÉAL

Un réseau d'entraide unique et essentiel



Nourri-Source Montréal est au cœur du soutien formel et informel en allaitement sur l'île de Montréal.

C'est un acteur majeur de l'écosystème par le tissu tissé serré de ses bénévoles et de ses partenaires sur tout le territoire montréalais.

Ses nombreuses haltes permettent aux familles de se présenter sans rendez-vous afin d'obtenir de l'aide ponctuelle gratuitement. Dans une atmosphère bienveillante, elles y accèdent à un réseau d'échange sur l'allaitement et la parentalité, basé sur le soutien entre pairs.

Les familles aux origines variées, dont plusieurs ne bénéficient pas de la présence proximale de leurs propres familles, se reposent sur le soutien offert dans notre organisme communautaire pour s'approprier leur rôle parental.

Le lien avec les organismes communautaires permet l'intégration des nouveaux parents et leur offre une continuité d'accompagnement tout au long de leur aventure parentale.

Les projets comme la Route du lait et le réseau de haltes-allaitement dans des lieux accessibles et gratuits sont des exemples concrets d'un écosystème accueillant et bienveillant pour l'allaitement.

De plus, l'action bénévole permet aux personnes impliquées d'avoir un impact majeur sur leur communauté, leur expérience personnelle et professionnelle ainsi que leur bien-être social.

Faire une différence auprès des autres peut être source de fierté et d'estime de soi. Accessible aux nouvelles arrivantes, l'action bénévole permet une intégration à la société par le biais de l'entraide et de la découverte.



BÉNÉVOLES ET MEMBRES

MARRAINES D'ALLAITEMENT



Les membres bénévoles au cœur de l'organisme

Plus de 300 marraines d'allaitement s'impliquent chez Nourri-Source Montréal afin de soutenir, d'encourager et d'outiller les femmes allaitantes et leur famille.

Ces bénévoles établissent une relation égalitaire avec les familles qu'elles soutiennent et leur offrent un accompagnement personnalisé.



306
marraines

Elles tiennent compte de leur réalité, de leurs valeurs et de leur projet d'allaitement. Elles forment le cœur de l'organisme et représentent la majorité des membres de Nourri-Source Montréal.

Qui sont-elles?



Une marraine d'allaitement est une mère bénévole qui



A une expérience d'allaitement d'au moins 6 mois



Considère l'allaitement comme la norme d'alimentation pour les bébés



Fait partie d'un groupe local de bénévoles réparties par secteur



S'engage à s'impliquer pour une durée minimale d'un an



A une vie déjà bien occupée !

Motivations

- Aider les familles de leur communauté dans leur projet d'allaitement
- Faire partie d'un vaste réseau d'entraide autour des familles allaitantes
- Redonner à la communauté le soutien dont elles ont bénéficié

Rôles

- Offrir une écoute active, de l'encouragement et de l'information sur l'allaitement
- Renforcer la confiance et l'autonomie des femmes en les aidant à se reconnecter à leurs instincts
- Adopter une attitude sans jugement et dans le respect des décisions des familles
- S'impliquer dans les haltes-allaitement, les activités de l'organisme et la gestion de leur secteur

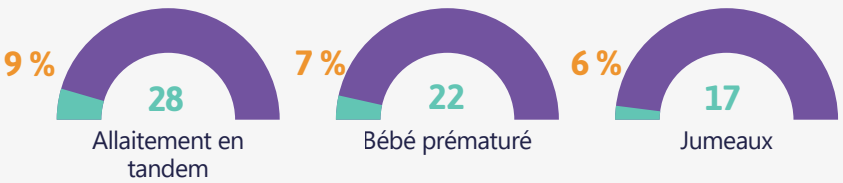
Avantages

- Ressentir la satisfaction d'aider des familles et de faire la différence auprès d'elles au cours de leur allaitement
- Approfondir leurs connaissances en allaitement et en périnatalité
- Effectuer un bénévolat dans un cadre flexible qui permet une conciliation avec la parentalité
- Participer à la prise de décisions qui ont un impact sur l'allaitement dans leur quartier

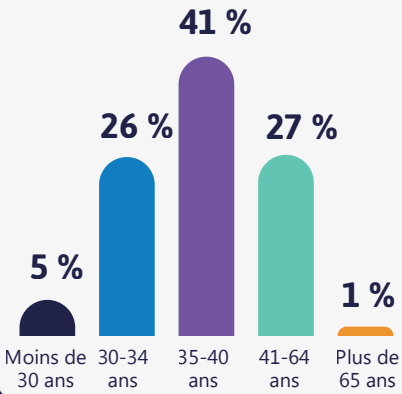
Portrait des marraines d'allaitement

306
marraines

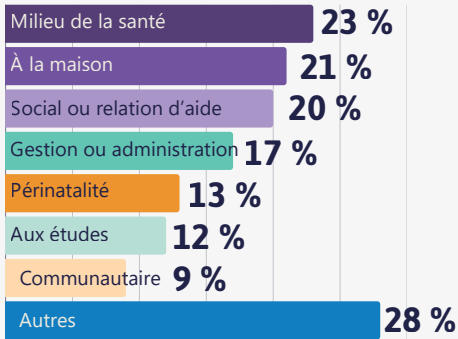
Répartition par expériences vécues



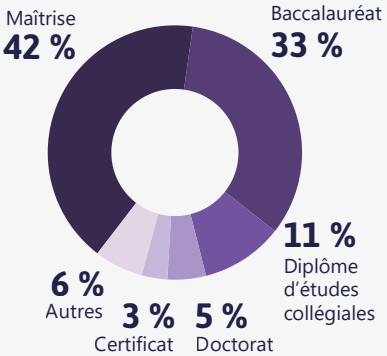
Répartition par âge



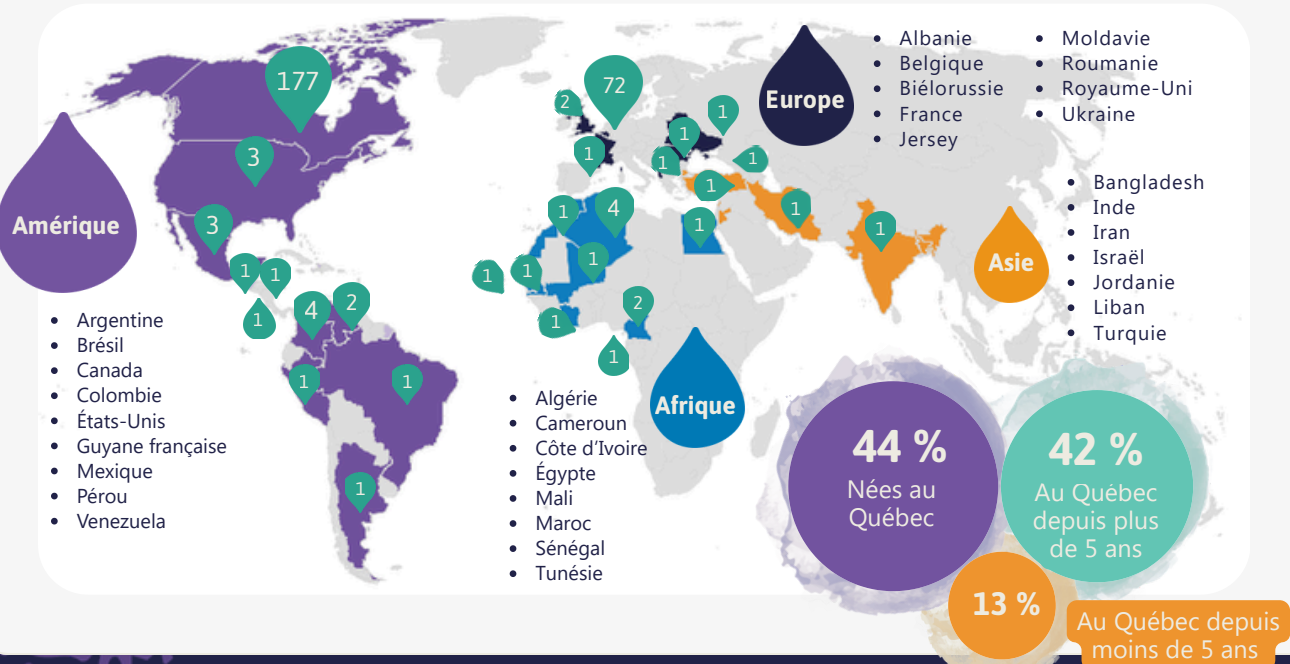
Répartition par secteur d'occupation*



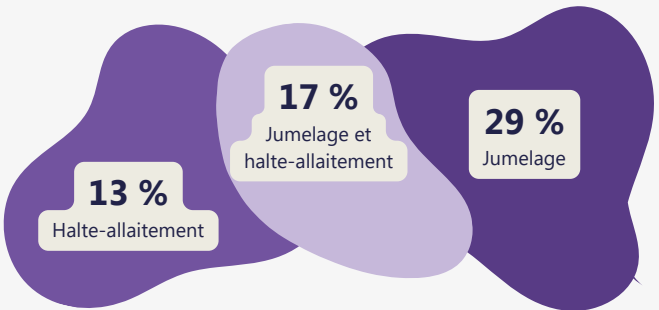
Répartition par profil académique



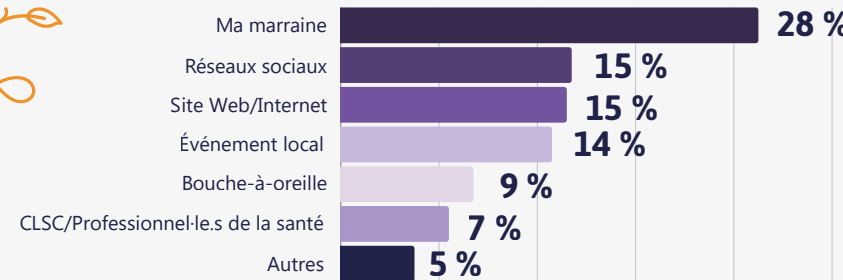
Répartition par pays d'origine



Services utilisés avant de devenir marraine

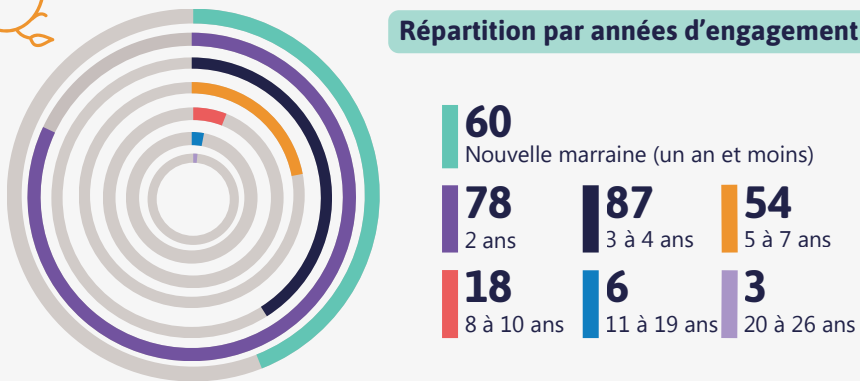


Répartition par canaux de recrutement*

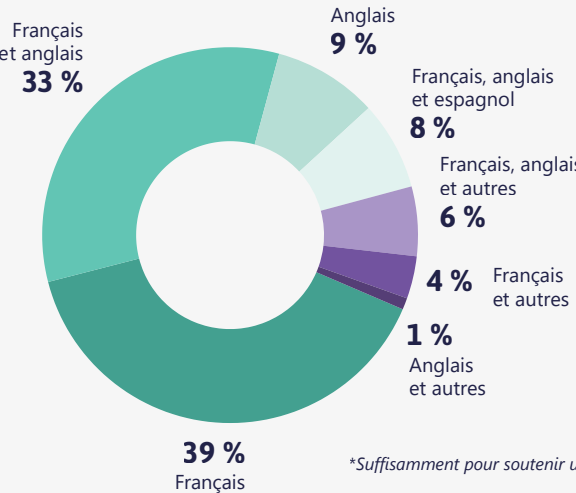


*Plusieurs réponses possibles

Répartition par années d'engagement

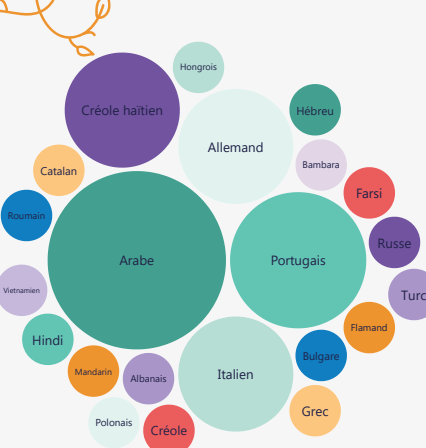


Langues parlées*



*Suffisamment pour soutenir une famille

Autres langues



28 %

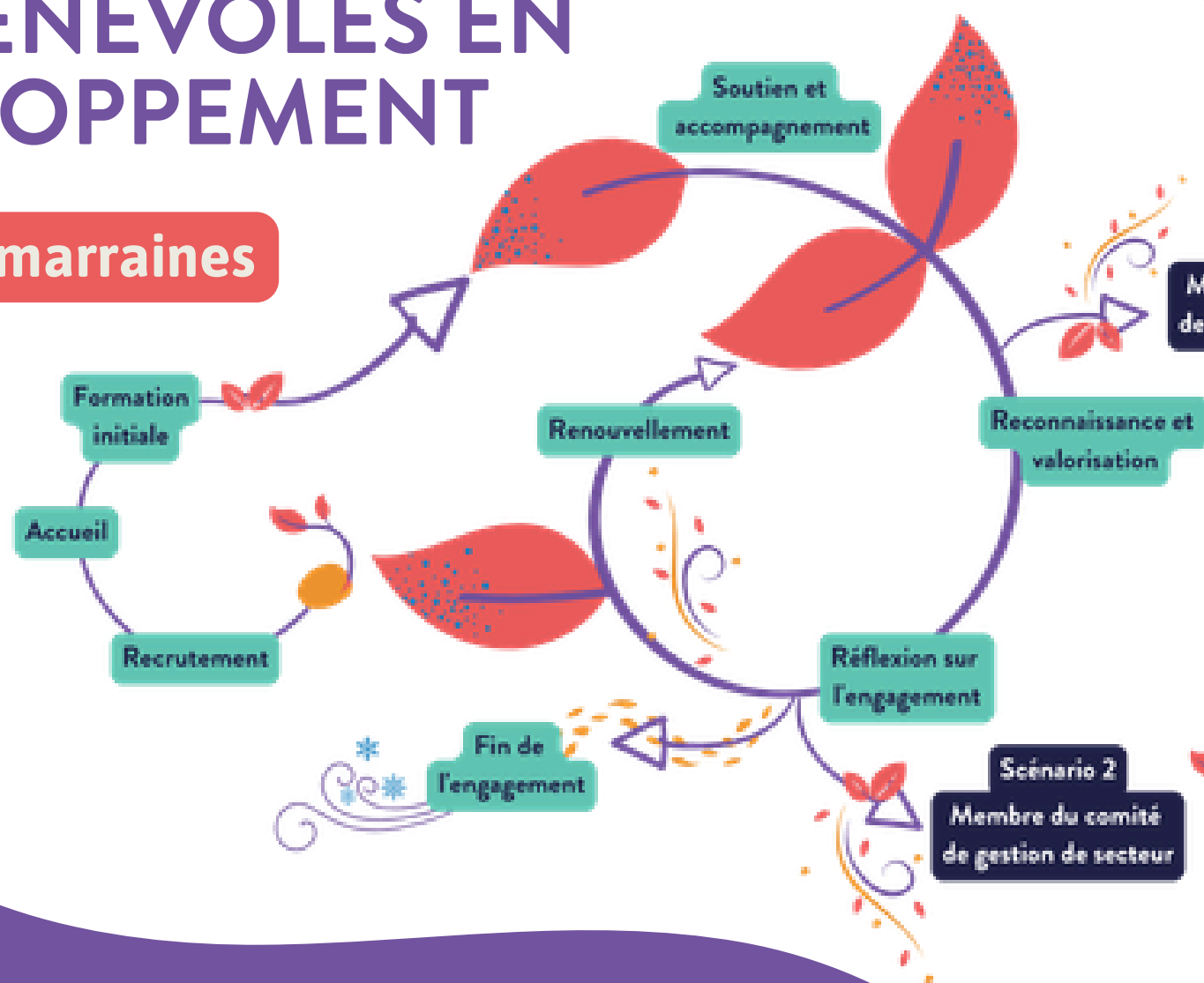
ont été recrutées
par leur marraine

3,9 ans

Durée moyenne
d'engagement

UN CYCLE DE VIE DES BÉNÉVOLES EN DÉVELOPPEMENT

Cycle des marraines



Ces dernières années, nous avons travaillé à comprendre le parcours de nos bénévoles, du recrutement jusqu'à la fin de leur engagement. Fortes de cette démarche, nous avons pu identifier de nouveaux axes d'amélioration afin d'optimiser l'expérience bénévole et, peut-être, de renforcer l'implication.

Nous avons mis l'accent sur l'accueil de nos nouvelles bénévoles et le soutien de nos gestionnaires de secteur. Afin de soutenir ces démarches, nous avons même créé un nouveau mandat de coordonnatrice des bénévoles dans l'équipe !

Cette année, nous avons formé une vingtaine de bénévoles de moins que les années précédentes. Ce ralentissement s'explique par les changements dans l'équipe et une amélioration des processus d'accompagnement.

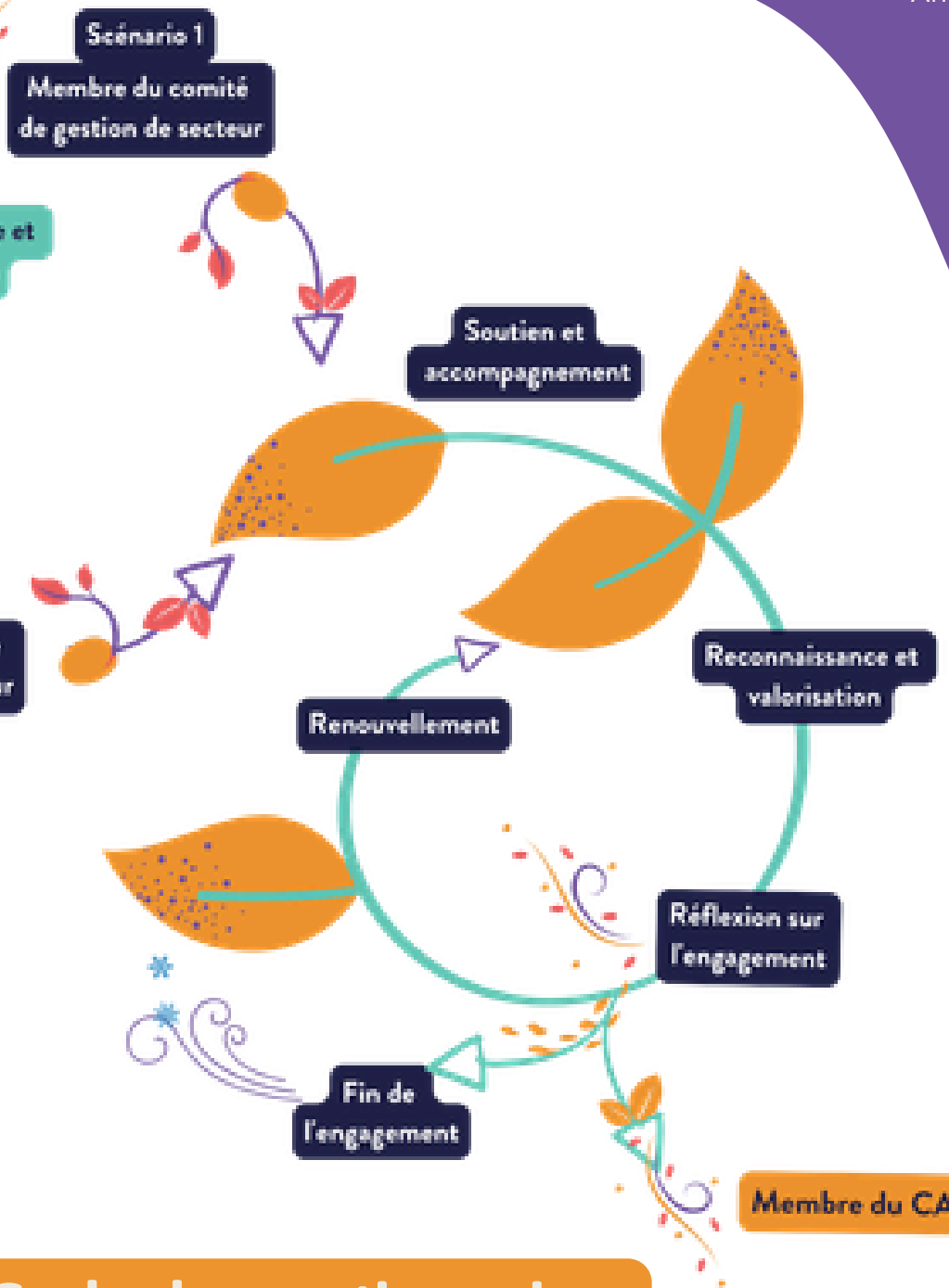
Nous avons donc misé sur un recrutement plus ciblé, un accueil de qualité et une plus grande disponibilité de l'équipe. Nous sommes convaincues que ces bases solides influenceront positivement l'implication des nouvelles bénévoles, tant dans l'intensité que dans la durée.

Grâce à l'aide précieuse de notre équipe de consultantes en lactation, nous avons mis en place des mesures à la fin de la formation de base des bénévoles destinées à faciliter leur intégration. Le dernier bloc de formation se déroule désormais en présentiel, renforçant ainsi le sentiment d'appartenance et le lien humain si essentiels à notre communauté.



« M'impliquer chez Nourri-Source rejoint mes valeurs d'entraide. J'aime que l'organisme accueille chaque femme dans son cheminement, avec souplesse et bienveillance. C'est un bénévolat flexible, bien adapté aux mamans, qui permet de rester connectée à la communauté tout en se sentant valorisée comme femme et comme maman. »

Anna, marraine depuis 4 ans



Cycle des gestionnaires



Dénicher de nouvelles femmes passionnées



DEVIENS BÉNÉVOLE
Become a volunteer

65 participantes

43 séances

24 en français
19 en anglais

- Inscription sur la plateforme
- Courte rencontre présentant l'offre de bénévolat
- Accompagnement pour l'inscription selon les besoins

Séances d'information

Stratégies de recrutement

- Campagne annuelle de recrutement
- Sollicitation auprès des mères utilisatrices de services
- Démarches auprès de partenaires ciblés
- Ateliers de présentation de l'organisme
- Publicités sur les réseaux sociaux
- Création d'outils de recrutement



« **Je veux redonner ce que j'ai moi-même reçu.** »

Sophia, aspirante marraine

Cibler des personnes passionnées et motivées pour faire du bénévolat chez Nourri-Source Montréal et les aider à s'intégrer est essentiel à notre capacité à soutenir les familles qui allaitent.

Si une bénévole potentielle peut se projeter, dès le départ, comme une membre active de cette communauté, elle a plus de chances de s'investir rapidement.

Grâce à notre campagne de recrutement annuelle et à nos activités de recrutement régulières, nous avons attiré 65 participantes à nos séances d'information. Parmi celles-ci, la majorité a suivi l'entièreté de notre formation de base pour devenir marraine.



Accueillir et former la relève

- Invitation à participer aux activités du secteur
- Contact avec la marraine d'accueil
- Occasion de tisser des liens

Premier accueil



8 en français
2 en anglais

10 formations

- Animation par les IBCLC
- Dernière partie en présence
- 12 heures en direct
- 1,5 heure de capsules vidéo

Formation initiale

Suivis post-formation

- Auto-évaluation
- Émission du certificat de formation
- Accompagnement pour le début du bénévolat
- Deuxième contact avec la marraine d'accueil

- Sujets couverts par la formation
- Bénévolat à Nourri-Source Montréal
 - Notions de base en allaitement
 - Relation d'aide et écoute active
 - Mises en situation

60 nouvelles marraines



Faciliter la transition vers un bénévolat à part entière

Nous sommes fières des changements mis en place cette année pour soutenir nos nouvelles bénévoles dès le début. Organiser notre quatrième bloc de formation en personne dans nos bureaux permet à nos futures marraines de créer un lien humain entre elles et avec l'organisme.

La joie était palpable à chaque fois que ce bloc avait lieu ! L'équipe s'est mobilisée pour assurer une présence au bureau afin de rencontrer les marraines nouvellement formées.

Autre nouveauté importante : l'ajout d'une rencontre de suivi avec la formatrice deux semaines après la fin de la formation. Cela permet aux nouvelles marraines d'exprimer leur ressenti concernant le bénévolat, l'accompagnement des binômes et la participation aux haltes-allaitement.

Nous sommes convaincues, et les données le confirment, que ce soutien supplémentaire renforce la confiance et les compétences de nos nouvelles marraines. Nous constatons qu'elles relèvent avec enthousiasme le défi d'accompagner des familles dès le début et se rendent fièrement dans les haltes pour rencontrer les familles en personne.

Soutenir et accompagner tout au long du parcours



- Accompagnement par les agent.e.s
- Fiches d'information sur les rôles de gestion
- Soutien technique pour la plateforme
- Soutien aux comités de gestion



Soutien par le bureau régional

- Échanges sur le groupe « Entre marraines »
- Accès à la marraine d'accueil
- Discussions entre marraines du secteur

Soutien entre pairs

Soutien par une IBCLC

- Accompagnement post-formation
- Discussion lors des haltes-allaitement
- Échanges sur le groupe « Entre marraines »

Formation continue

- Développement à l'interne
- Nouvelle programmation de la Fédération Nourri-Source
- Collaboration avec des partenaires



Reconnaître et valoriser l'engagement bénévole

☉ Du 27 avril au 3 mai 2025

- Remerciements aux marraines sur les médias sociaux
- Mise en valeur de leur engagement bénévole
- Envoi pour les années anniversaires

Semaine de l'action bénévole

Assemblée générale annuelle

- Remise du prix Lucie Roussy à Isabelle Johnson
- Reconnaissance de six marraines qui fêtent 5 ans d'engagement
- Prix de présence pour chaque participant.e (créés par la directrice !)
- ☉ 19 juin 2025

La traditionnelle carte du temps des Fêtes

- ☉ Envoi à toutes les bénévoles



☉ Annuellement le 5 décembre

- ☉ Instituée en 1985 par l'Assemblée générale de l'ONU
- ☉ Mise en valeur de leur engagement bénévole
- ☉ Envoi pour les années anniversaires

Journée internationale des bénévoles

L'effet multiplicateur du soutien aux gestionnaires

En mettant l'accompagnement des bénévoles au sommet des priorités, l'équipe a déployées une diversité d'actions.

Parmi celles-ci, l'investissement d'énergie dans le soutien des gestionnaires de secteurs semble avoir été particulièrement pertinente et efficace.

Nous avons misé sur les gestionnaires de secteur en tant que levier précieux au sein de notre écosystème.

Beaucoup de temps a été consacré au renforcement des rôles de gestionnaires afin de consolider le soutien local entre pairs.

L'impact de ces actions nous ont confirmé que des responsables bien outillées et autonomes peuvent davantage mobiliser les marraines et leur apporter un soutien plus complet.



Souligner les années anniversaires de bénévolat

Nous offrons un certificat de reconnaissance et un cadeau à toutes les marraines qui franchissent certaines durées d'engagement : **1, 3, 5, 10, 15, 20 et 25 ans.**

Des réflexions sont en cours pour marquer le passage de chaque année d'engagement et augmenter la fréquence des envois.

Une clé de la rétention des bénévoles est de s'assurer que les marraines se sentent valorisées et reconnues pour leur implication.

Pour les garder motivées, l'organisme a donc de nouveau travaillé activement à diversifier les façons de remercier ses bénévoles et de souligner leur précieuse contribution.

Nous avons notamment mis de l'avant le travail essentiel de nos gestionnaires de secteur ainsi que le parcours inspirant de certaines marraines engagées dans leur communauté.

Ces gestes de reconnaissance témoignent de toute l'importance que nous accordons à celles qui font vivre la mission de Nourri-Source Montréal au quotidien.

Renouvellement d'engagement ou changement de statut



La plateforme de gestion des membres permet le renouvellement d'engagement en fonction des années anniversaires d'adhésion. Les marraines peuvent également y modifier leur profil en tout temps.

Lors de leur recrutement, les bénévoles sont informées de l'engagement minimal demandé. Évidemment, nous comprenons que des situations de vie les empêchent de le respecter.

Les marraines qui souhaitent cesser leur implication auprès des familles sont invitées à devenir gestionnaire, bénévole de soutien, membre du CA ou membre amie.

Soulignons que la rétention des bénévoles est en forte hausse depuis les dernières années. De 50 % en 2016, le taux de roulement est passé à seulement 10 % cette année. La durée moyenne d'engagement s'approche maintenant du 4 ans !

Marraines en pause

- Mise en pause du bénévolat
- Durée maximale de six mois
- Répit permettant de souffler
- Occasion de réévaluer leur engagement

47
marraines
en pause
au 31 mars 2026

« Quand une maman me dit qu'elle se sent moins seule, je me rappelle pourquoi je le fais. »

Mathilde, marraine depuis 6 ans

« On sent qu'on fait partie d'une communauté. »

Maria, marraine depuis 2 ans

Avant un an pour les marraines d'allaitement

Avant six mois pour les bénévoles de soutien

Fin précoce d'engagement

1
départ
précoce

Invitation à devenir membre amie

Possibilité de reprendre le bénévolat ultérieurement

Occasion de garder un lien avec l'organisme

5
bénévoles
ayant
démisionné

Fin d'engagement bénévole

26
bénévoles
devenues
membres
ami.e.s

LES AUTRES PROFILS DE MEMBRES

Bénévoles de soutien

12
bénévoles
de soutien

Les bénévoles de soutien ont le même statut de membre que les marraines d'allaitement.

Ces personnes contribuent à la vie de l'organisme en appuyant l'organisation des secteurs, en réalisant diverses tâches administratives ou logistiques, et en participant à des événements.

Cette offre de bénévolat est maintenant bien ancrée au sein de notre organisme. Elle répond à un besoin réel en permettant à des personnes qui adhèrent à notre mission de s'impliquer autrement qu'à titre de marraine d'allaitement.

Plusieurs choisissent de suivre la formation initiale des marraines afin de mieux comprendre la réalité des familles pour les accueillir lors des haltes-allaitement.

Nous constatons avec plaisir que plusieurs de ces bénévoles, engagés depuis plus d'un an, ont développé un fort sentiment d'appartenance envers l'organisme. Leur contribution est si précieuse !

En offrant un soutien complémentaire aux équipes de secteur et au bureau régional, ces bénévoles permettent aux marraines de consacrer davantage de temps à leur rôle principal de soutien en allaitement auprès des familles.

Dans les prochaines années, nous aimerions développer davantage ce type de bénévolat afin d'offrir une belle opportunité d'engagement citoyen à un plus grand nombre.

Membres partenaires

Le statut de membre partenaire est accordé à toute personne physique mandatée par un organisme ou un CLSC partenaire. Pour le moment, une dizaine de professionnelles de la santé de liaison provenant de CLSC sont membres partenaires de l'organisme.

Les membres partenaires ont le droit de participer aux activités de Nourri-Source Montréal et d'assister aux assemblées des membres, mais ne peuvent pas y voter. De plus, ils ne peuvent occuper de postes au sein du conseil d'administration.

Membres ami.e.s

156
membres
ami.e.s

Les membres ami.e.s sont principalement d'anciennes marraines d'allaitement et des conjoint.es de marraines. Ces membres souhaitent maintenir un lien avec l'organisme et contribuer à la promotion de ses valeurs et de ses objectifs.

À titre de membres ami.e.s, ces personnes ont le droit de participer aux activités de Nourri-Source Montréal ainsi que d'assister aux assemblées des membres et d'y voter. Elles peuvent également s'impliquer en tant qu'administratrices ou administrateurs au sein du CA.



VIE ASSOCIATIVE ET DÉMOCRATIQUE

« La réussite du prochain plan stratégique repose sur ce que Nourri-Source Montréal fait déjà de mieux : grandir ensemble, dans le respect, la bienveillance et la solidarité. »

PLANIFICATION STRATÉGIQUE

Horizon 2026-2029

Lancée en 2022, en plein cœur de la pandémie, la planification stratégique 2022-2025 de Nourri-Source Montréal était très ambitieuse !

Depuis, des transformations majeures ont eu lieu autant au sein de l'organisme que dans la communauté. Le réseau d'entraide de Nourri-Source Montréal a fait preuve d'une grande résilience et a su traverser les tempêtes.

Pour tenir compte de cette situation sans précédent, le CA avait jugé bon de poursuivre la démarche jusqu'en juin 2026, ce qui a permis de progresser à différents niveaux sur tous les axes.

En mai 2025, nous avons lancé un sondage stratégique afin de donner un second souffle à la planification stratégique et orienter les actions.

Cette consultation a non seulement démontré l'incroyable engagement de nos membres, mais a également fourni des réponses d'une grande richesse.

Les constats tirés du sondage ont confirmé la pertinence des éléments ciblés en 2022 et la nécessité de poursuivre le travail sur cette lancée, mais avec une nouvelle priorisation.

Ainsi, plutôt qu'une simple révision, le CA et l'équipe vous proposent une nouvelle mouture de planification stratégique 2026-2029 orientée autour de six axes ! Cela nous permettra de nous concentrer sur l'essentiel plutôt que d'entamer une nouvelle démarche de réflexion.

Bénévoles et membres

Rehausser l'accompagnement des bénévoles afin de dynamiser leur potentiel et de leur offrir un soutien accru dans l'accomplissement de leur rôle

Financement

Accroître et diversifier le financement pour pérenniser le fonctionnement de notre organisme

Communication

Optimiser les stratégies de communication et l'accès à l'information pour l'ensemble de nos parties prenantes

Philosophie

Réfléchir aux fondements de Nourri-Source Montréal afin de définir et de mettre en valeur notre approche distinctive

Structure organisationnelle

Développer une structure organisationnelle qui renforcera le soutien de nos membres et la mise en œuvre des services

Capacité d'agir

Renforcer la capacité d'agir de l'organisme en consolidant les services et les partenariats, tout en soutenant les secteurs

Grandes orientations et objectifs stratégiques



MOMENTS CLÉS 2025-2026



Événement de la Fédération Nourri-Source

Événement de Nourri-Source Montréal

Formation : Loi 25

Midi-phare : Location de tire-lait

Journée d'équipe trimestrielle

Rencontres de l'équipe et du CA

Campagne de recrutement

Rencontre des gestionnaires

Formation : Recherche de financement

Bilan 2024-2025 et priorisation 2025-2026

Communauté de pratique : Collaborer oui, mais avec qui et comment ?

Pique-nique de mairaines

Secteur Hochelaga-Maisonneuve

Secteur Dorval-LaSalle-Lachine

Secteur Plateau-Mont-Royal

Secteur Rosemont

Journée d'équipe trimestrielle



AOÛT 2025

Pause estivale !

SEPTEMBRE 2025

Brunch de la rentrée

Secteur Villeray-Petite-Patrie

Secteur Nord-de-l'Île

Secteur Verdun-Ville-Émard-Pointe-Saint-Charles

Secteur Saint-Henri-Petite-Bourgogne

Assemblée festive et rassembleuse sous le thème de l'éclosion

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE annuelle

JEUDI 19 JUIN 2025 16H30-21H

CASA D'ITALIA 505 RUE JEAN-TALON E. MONTRÉAL, H2R 1T6 (MÉTRO JEAN TALON)

90 participant.e.s

27 mairaines

2 bénévoles de soutien

7 membres du CA

2 membres ami.e.s

2 IBCLC

8 employé.e.s

14 invité.e.s

30 enfants



ENTANTS CONJOINTES BIENVENUES



Rencontre des responsables de secteur

À venir !

AVRIL 2026



Mobilisation : Le Communautaire à boutte

Souper de Noël de mairaines

Rencontre des employées du Réseau Nourri-Source

Reconnaissance lors de la Journée internationale des bénévoles

Souper de Noël CA et équipe

DÉCEMBRE 2025

Rassemblement pour la Grande semaine des tout-petits

Midi-phare : Le parcours d'une bénévole

AGA de la Fédération Nourri-Source

OCTOBRE 2025

Formation : Comprendre et bien accueillir les personnes trans et non binaires en périnatalité



Rencontre des employées du Réseau Nourri-Source

Formation : Deuil périnatal

MARS 2026

Mid-phare : Route du lait

FÉVRIER 2026

Atelier de réflexion : Groupe d'entraide Facebook

Lancement du Little Nursing Guide

Journée d'équipe trimestrielle

Secteur Hochelaga-Maisonneuve

Secteur Plateau-Mont-Royal et Mile End

Secteur Dorval-LaSalle-Lachine

Secteur Nord-de-l'Île

Secteur Villeray-Petite-Patrie

Secteur Rosemont et Saint-Michel-Saint-Léonard

Secteur Verdun-Ville-Émard et Saint-Henri-Petite-Bourgogne

Formation : Nouveautés sur la plateforme

Atelier : Inclusivité

NOVEMBRE 2025

Formation : Rôles et responsabilités d'un CA

Journée d'équipe trimestrielle



CONSULTATION



Considérant que les bénévoles et les familles allaitantes constituent la raison d'être de l'organisme, il nous apparaît important de les consulter tout au long de l'année.

Nous adoptons une posture « par, pour et avec » dans la planification et la mise en œuvre des actions.

- Comités de travail mixtes
- Rencontres de membres
- Sièges réservés au CA pour les bénévoles
- Boîtes à commentaires et à suggestions
- Sondage d'appréciation

RENCONTRES DE MEMBRES

Rencontres de gestionnaires

L'implication des marraines dans des rôles de gestion de leur secteur est un atout précieux pour l'organisme. Elle permet de motiver les marraines ainsi que de dynamiser et de structurer les secteurs.

La tenue de rencontres entre gestionnaires facilite les échanges entre elles et la possibilité de leur offrir un soutien. Trois rencontres ont été organisées cette année à des heures différentes pour faciliter leur participation.



Rencontres de secteurs

Tous les secteurs de bénévoles sont encouragés à tenir des réunions au courant de l'année. La plupart y tiennent des rencontres à de multiples reprises.

Les marraines sont libres de choisir la fréquence, le lieu et le moment des rencontres en fonction des disponibilités de chacune. Les enfants sont évidemment les bienvenus !

Les agentes de développement et de liaison font la tournée des secteurs et offrent leur soutien aux groupes qui en ressentent le besoin.

Lorsqu'il s'agit de faire vivre le secteur, les marraines sont créatives : organisation d'une collecte de fonds, souper de Noël, pique-nique familial, discussion autour d'un repas-partage, atelier par une IBCLC ou par une marraine... Ces moments privilégiés entre bénévoles ont plusieurs fonctions :

- Échange et soutien mutuel
- Planification des activités du secteur
- Réduction de l'isolement
- Formation sur l'allaitement
- Développement d'un sentiment d'appartenance

PARTICIPATION AU RÉSEAU

La Fédération Nourri-Source chapeaute et soutient les neuf organismes communautaires et les deux groupes de bénévoles qui composent notre vaste réseau de soutien en allaitement.

Pour le Réseau, cette année a été marquée par un nouveau changement à la direction en janvier.

La transition s'est effectuée dans un esprit de continuité, avec la poursuite des projets déjà amorcés et le maintien du cap sur les priorités établies.

Nourri-Source Montréal a non seulement maintenu son engagement au sein du conseil d'administration de la Fédération, mais a également participé activement à plusieurs comités de travail afin de contribuer à l'avancement des priorités collectives du Réseau.



- Comité développement de la plateforme Nourri-Source
- Comité financement
- Comité communication
- Comité de pilotage du projet sur la coparentalité
- Comité formation de base
- Comité colloque
- Comité des experts
- Comité gestion du groupe d'entraide (anciennement le forum)

La plateforme : gestion des membres et Centre d'information

- Accès au Centre d'information
- Application mobile
- Jumelage des familles avec une marraine
- Inscription aux activités
- Bottin des membres
- Accès au Guide des ressources en allaitement (pour Montréal)
- Liaison entre la Fédération Nourri-Source et les Régionales
- Compilation des heures de bénévolat
- Création de rapports statistiques

La plateforme commune, déployée à l'échelle du Réseau en 2024, a poursuivi son évolution au cours de la dernière année afin de mieux répondre aux besoins des Régionales, des bénévoles et des familles.

Tout au long de l'année, le comité de développement de la plateforme a travaillé d'arrache-pied avec les développeurs pour améliorer les fonctionnalités dans une perspective d'efficacité et d'accessibilité.

Les résultats de ces travaux seront disponibles dès juin 2026 et incluront l'accès à une section pour les pères et les coparents, une zone pour héberger les formations et une messagerie instantanée sécurisée.

En constante évolution, cet outil commun continue à se bonifier grâce à la collaboration des Régionales et de la Fédération, avec l'objectif de soutenir plus efficacement la mission du Réseau et d'offrir des services toujours mieux adaptés aux réalités des familles et des bénévoles.

COMMUNICATION

Cette année a été marquée par le départ de notre responsable des communications et la redistribution des tâches qui en a découlé. Créé trois ans auparavant, ce poste a permis de développer une charte graphique plus inclusive, de repenser notre stratégie de communication et de créer de nombreux outils.

Dans l'optique de consolider les services et de bonifier le soutien aux bénévoles, nous avons dû prendre la difficile décision d'abolir le poste. Nous remercions chaleureusement Rosita Soares pour sa créativité et son enthousiasme envers son mandat. Elle laisse notamment comme héritage les personnages de notre charte graphique !

En raison de ce départ, chaque membre de l'équipe a repris une ou plusieurs tâches en lien avec la communication. Pour y arriver, nous avons investi du temps dans la planification et l'organisation du volet communication. La présence d'une responsable des communications dans l'équipe serait évidemment un atout et permettrait d'aller encore plus loin, mais nous sommes fières des résultats obtenus !

- Redistribution des tâches dans l'équipe
- Réorganisation du Canva
- Traduction d'outils
- Création de gabarits
- Calendrier de contenus trimestriel
- Planification des infolettres
- Création de boîtes à outils
- Utilisation fluide de la charte graphique

« Traduire, ce n'est pas juste pratique. C'est un geste d'ouverture. »

Harmonisation de l'identité du Réseau

Dans le cadre de sa planification stratégique, la Fédération Nourri-Source avait également entamé une réflexion sur son identité visuelle. Nous avons participé activement au comité communication responsable du dossier.

Cette nouvelle identité a été dévoilée au printemps 2025 et de nouveaux outils ont été créés pour l'ensemble du Réseau Nourri-Source.

La prochaine étape consistera à offrir une base de charte graphique, inspirée de la nôtre, à toutes les Régionales. Ainsi, l'ensemble du Réseau aura une image cohérente, professionnelle et représentative des réalités locales.

Une mine d'information

En cette ère numérique, les services d'information en ligne occupent une place importante dans la vie des nouveaux parents et des bénévoles. Dans un souci d'offrir des informations adéquates et fiables, Nourri-Source Montréal travaille activement sur des outils de communication en ligne.

Site Web

Le site de Nourri-Source Montréal, très fréquenté, contient une foule de renseignements sur l'organisme, ses services, les opportunités de bénévolat et l'allaitement.

Le public peut également y consulter la Route du lait, le Guide des ressources en allaitement, l'Espace coparentalité et le Centre d'information.

La section Actualités diffuse des informations sur des événements à venir, des annonces d'intérêt public et des articles informatifs.

Réseaux sociaux

Cette année encore, les pages Facebook et Instagram ont été utilisées pour véhiculer de l'information sur les services de l'organisme et l'allaitement, de même que pour relayer des communications des partenaires.

Les familles ont ainsi pu être informées sur les activités à venir et voir des représentations diversifiées de l'allaitement.

La page LinkedIn a aussi été animée pour diffuser des offres d'emploi, mettre en valeur l'impact de l'organisme et solliciter l'intérêt des bailleurs de fonds.



Communication bidirectionnelle

De nouveau cette année, beaucoup d'énergie a été consacrée à maintenir une communication bidirectionnelle entre les marraines, l'équipe de travail, les familles et les partenaires.

- Animation du groupe Facebook « Entre marraines »
- Messagerie Facebook
- Utilisation de la plateforme
- Échanges téléphoniques et électroniques
- Envoi d'infolettres
- Boîte à commentaires

Site Web

40 891
visiteurs

110 938
pages vues

11 %
en anglais

87 %
en français

Réseaux sociaux



7 600
abonné.e.s
+ 183



1 623
abonné.e.s
+ 114



373
abonné.e.s
+ 33

Infolettres

8
aux
membres

3
aux
familles

6
aux
partenaires

SERVICES ET RÉALISATIONS

Une offre de service diversifiée pour répondre aux besoins grandissants de la communauté.

Au service des familles allaitantes et de la communauté montréalaise depuis **1982**

UNE DIVERSITÉ DE SERVICES

Nourri-Source Montréal déploie ses services à la grandeur de l'île de Montréal. La base de ses activités repose sur l'action des bénévoles sur le terrain. Cette année, nous avons décidé de nous recentrer sur les services qu'elles assurent en bonne partie : les jumelages et les haltes-allaitement.

Les changements apportés ont permis d'alléger leur charge de travail tout en renforçant leur sentiment d'utilité et d'efficacité personnelle. Les parents ont également profité des améliorations en accédant plus rapidement aux services pertinents.

Dans les dernières années, des services complémentaires avaient été ajoutés afin de soutenir les mairaines dans leur rôle auprès des familles allaitantes. Pour nous concentrer sur l'essentiel, nous avons réévalué les ressources à allouer à ces services et avons optimisé leur fonctionnement.

Également, deux initiatives se poursuivent afin de contribuer au développement d'environnements favorables à l'allaitement à l'échelle montréalaise. Nos partenariats récents ont permis d'accroître la visibilité de notre Guide des ressources.

À l'instar de la majorité des organismes communautaires, le financement par projet module l'offre de service de Nourri-Source Montréal.

« Ce qui fait la différence, c'est qu'on est ensemble, pas seules. »

« La halte, c'est souvent la première porte d'entrée des familles. On y sent vraiment l'esprit Nourri-Source. »

« L'IBCLC, c'est un complément. Mais le cœur, c'est la discussion entre parents. »

« Accompagner des familles dont le quotidien ressemble beaucoup au mien, tout en partageant mon expérience et en leur apportant mon soutien, c'est quelque chose qui me tient profondément à cœur ! »

Catherine, marraine depuis 4 ans



SOUTIEN BÉNÉVOLE

DE LA GROSSESSE AU SEVRAGE



Au cœur de l'organisme depuis sa fondation, les marraines d'allaitement occupent encore aujourd'hui une place centrale dans le soutien aux familles.

Elles assurent les jumelages, participent aux haltes-allaitement et présentent à l'occasion l'organisme lors des cours prénataux de CLSC.

Plus de
14 500
heures de soutien aux
familles par les bénévoles

Jumelage

Un accompagnement personnalisé à distance

- Un soutien personnalisé à distance, avant l'accouchement et jusqu'au sevrage
- Une écoute adaptée aux besoins, aussi longtemps que désiré
- Des réponses aux questions des familles
- Des encouragements lorsque le besoin se fait sentir



L'accompagnement d'une mère par une marraine d'allaitement bénévole est effectué par téléphone, par courriel ou par message texte, en fonction des besoins.

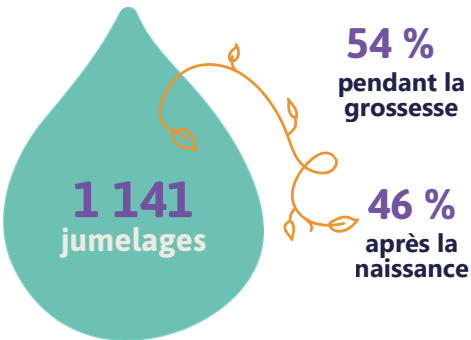
Les mères, principales utilisatrices du service, sont de plus en plus accompagnées par un coparent ou par des personnes significatives dans la vie de l'enfant lors des discussions avec leur marraine.

Un soutien adapté aux besoins

Autant que possible, nous jumelons les mères avec une marraine du même territoire afin de favoriser une meilleure orientation vers les ressources de la communauté. Lorsque cela n'est pas possible, la famille est jumelée avec une marraine d'un autre secteur.

Certaines marraines présentent des habiletés plus spécifiques : allaitement de prématuré, de jumeaux, en tandem, tire-allaitement, etc. Plusieurs peuvent aussi communiquer dans une autre langue que le français ou l'anglais.

Dans les deux cas, le jumelage peut être fait en dehors du secteur pour que les familles bénéficient de cet accompagnement spécifique.



« Ma marraine a été tout simplement extraordinaire et généreuse de sa personne, [de] son temps et [de] son écoute. Je me sentais chaque fois chanceuse lorsque j'étais en contact avec elle. »

Frapper un grand coup avec les jumelages

Depuis plusieurs années, les besoins d'accompagnement des familles dépassaient la capacité de l'organisme à répondre à l'ensemble des demandes dans des délais satisfaisants.

À l'été 2025, la situation était particulièrement préoccupante et nécessitait des actions plus musclées. Nous avons pris la difficile décision de suspendre le service pendant un mois, afin de laisser un répit aux bénévoles et à l'équipe.

S'appuyant sur le sondage stratégique aux membres, toute l'équipe a participé à une grande réflexion dès l'automne. Les jumelages ont monté au sommet des priorités afin d'améliorer l'accès au service pour les parents et de réduire la pression ressentie par les marraines.

D'abord, nous avons redynamisé les communications sur les jumelages en attente par la réinstauration du rôle de répartitrice et par un partage d'information fréquent et dynamique par le bureau.

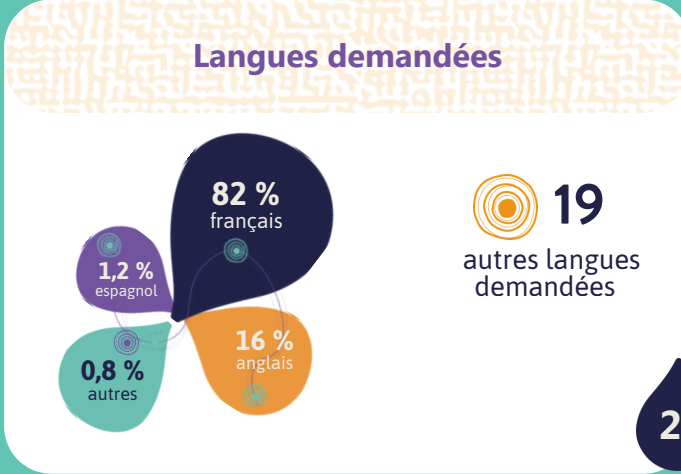
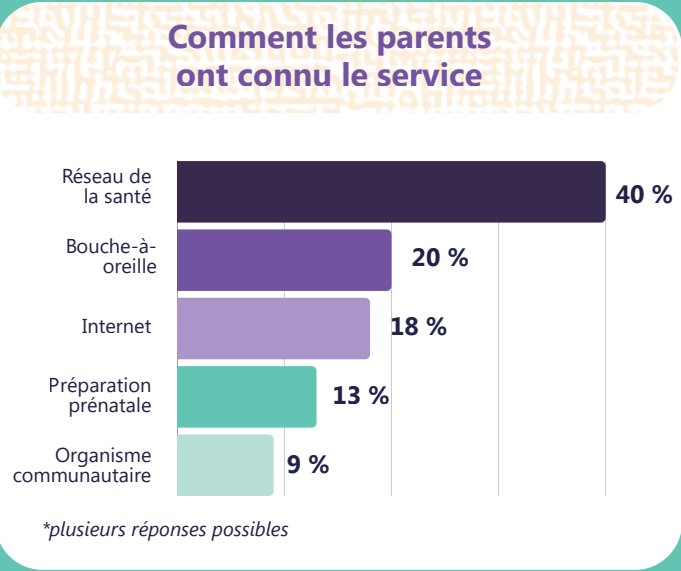
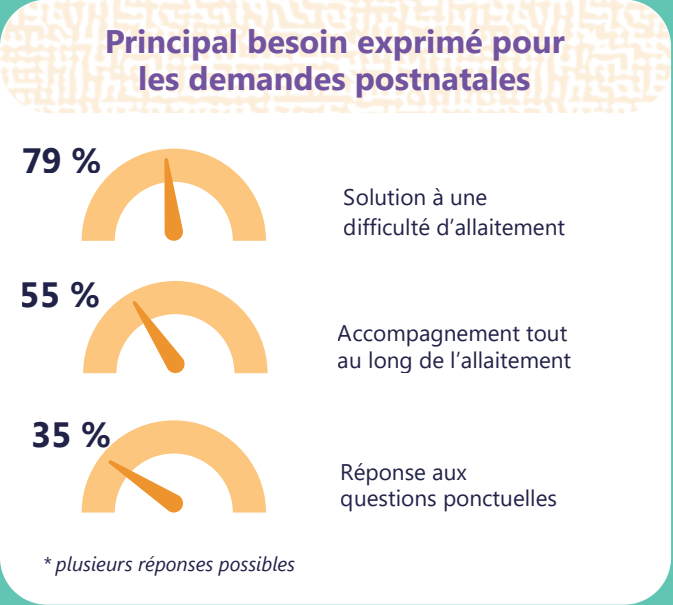
Ensuite, nous avons limité l'acceptation des demandes prénatales 4 à 6 semaines avant la date prévue d'accouchement, favorisant ainsi un jumelage dans un moment plus opportun.

Enfin, nous avons constaté que le soutien accru aux nouvelles marraines et les demandes explicites d'actions suite à la formation ont favorisé une implication rapide et soutenue auprès des familles allaitantes.

Toutes ces actions ont permis de réduire de façon spectaculaire le temps d'attente pour un jumelage à une marraine, à la grande satisfaction de toutes!

Un nouveau triage des jumelages, plus adapté aux besoins des familles et aux disponibilités variables de nos marraines, verra le jour au printemps 2026.

« Il ne faut pas perdre l'essence : le lien entre marraines et familles. »



Halte-allaitement

Un temps d'arrêt bienveillant dédié à l'allaitement

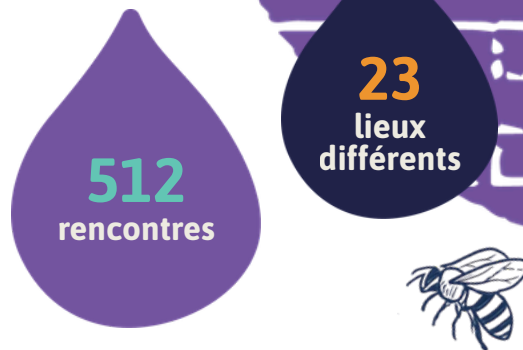
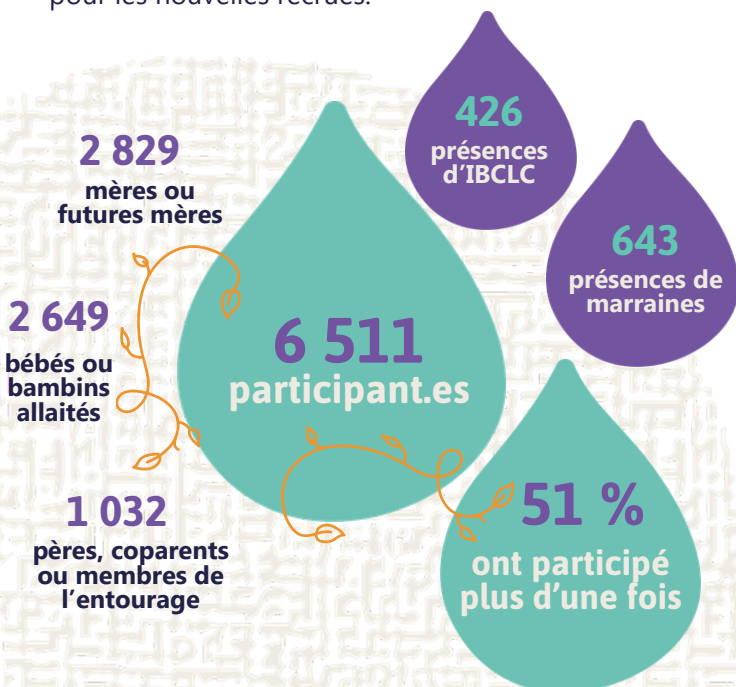
Consultez les cartes des secteurs pour découvrir la répartition des haltes sur le territoire !

Les haltes-allaitement se veulent un lieu d'échange entre mères et parents, un endroit pour poser ses questions, discuter des hauts et des bas de l'allaitement ainsi que briser l'isolement.

Les marraines y sont présentes pour créer une ambiance accueillante et chaleureuse, tout en offrant un soutien personnalisé selon les besoins.

Elles se déroulent dans les CLSC ou dans les locaux accueillants d'organismes communautaires. Un pèse-bébé est généralement à disposition des parents. En fonction du partenariat, des infirmières de CLSC, une IBCLC ou une intervenante communautaire participent aux rencontres.

Les haltes constituent aussi un excellent contexte pour recruter des marraines qui pourront prendre la relève et pour offrir un cadre concret d'apprentissage pour les nouvelles recrues.



Cette année, nous avons poursuivi la mise en place des ententes de collaboration avec nos partenaires. Nous avons également développé de nouveaux outils de promotion à leur intention afin de mieux faire connaître ce service offert aux familles. La consolidation des mandats de responsable de halte au sein des secteurs a permis d'assurer une présence plus régulière des marraines dans les activités.

Encore une fois, les marraines ont accueilli beaucoup de familles vivant des défis complexes. Les IBCLC et les infirmières ont été énormément sollicitées pour gérer des situations urgentes. Néanmoins, un nombre grandissant de familles sont venues pour simplement socialiser et partager leur expérience d'allaitement. Nous avons également noté la hausse de participation des pères et des coparents dans les haltes.

À plusieurs reprises cette année, des organismes communautaires ont manifesté leur intérêt à accueillir une halte-allaitement dans leurs locaux. Bien que notre capacité actuelle ne nous permette pas d'ouvrir de nouvelles haltes, ces demandes témoignent de la reconnaissance grandissante de notre expertise et de la pertinence de nos services sur le terrain.

Grâce à la mobilisation de nos marraines et à l'intérêt marqué de plusieurs intervenantes souhaitant se former au soutien en allaitement, nous avons pu développer une alternative souple et adaptée : les jasettes-allaitement.



« J'ai vraiment apprécié mon expérience d'allaitement avec ma fille. J'ai reçu beaucoup d'aide grâce aux haltes et je souhaitais trouver une façon d'aider d'autres mamans.

Également, le domaine de la maternité m'intéresse énormément. Je ne suis pas dans ce domaine, alors c'est une bonne façon pour moi de me former et d'avoir plus de connaissances sur ce sujet. »

Héloïse, nouvelle marraine

Jasette-allaitement



En présence de marraines d'allaitement et des intervenantes communautaires ayant suivi notre formation de base en allaitement, les familles allaitantes peuvent échanger sur l'allaitement, la parentalité et leur réalité quotidienne dans une ambiance chaleureuse et bienveillante.

Ces rencontres de groupe favorisent le partage d'expériences, le soutien entre parents et le renforcement du réseau de proximité des familles.

Les jasettes-allaitement poursuivent leur développement dans plusieurs quartiers de Montréal grâce à l'implication de nos marraines bénévoles et de précieux partenaires communautaires.

En plus de la jasette déjà offerte dans Hochelaga-Maisonneuve en collaboration avec le Carrefour Familial Hochelaga, de nouvelles jasettes ont vu le jour à la Halte-famille La Pirouette ainsi qu'au Centre des femmes de Rivière-des-Prairies et à la Maison de naissance Anne-Courtemanche.

Une nouvelle jasette est également prévue au Centre des femmes de Verdun en 2026, permettant à encore plus de familles d'avoir accès à un espace de soutien près de chez elles.



Présentation dans les CLSC

En présence ou en virtuel, des marraines sont toujours au rendez-vous pour aller présenter les services de l'organisme lors de la rencontre de préparation à l'allaitement offert dans les CLSC.

Ce moment privilégié permet aux futurs parents de découvrir le rôle des marraines et les services offerts dans leur quartier.

Les CLSC Plateau-Mont-Royal et Saint-Laurent étaient enchantés de faire une place aux marraines lors de leurs rencontres.



ACTIVITÉS THÉMATIQUES

SOUTENIR L'APPRENTISSAGE DE LA PARENTALITÉ

Atelier prénatal

Se préparer à l'allaitement

Cet atelier d'une durée de deux heures, animé par une IBCLC, vise à outiller les parents en prévision du démarrage de l'allaitement.

Il contribue à renforcer leur confiance et les encourage à préparer leur réseau de soutien, dont fait partie Nourri-Source Montréal.

Cette année, nous avons revu la formule des ateliers prénataux afin de concentrer nos ressources tout en maintenant la qualité du service.

202
futures
mères

37
futurs pères
ou coparents

239
participant.e.s

Ainsi, la fréquence a été réduite, mais le nombre de participant.e.s par rencontre a été augmenté, affectant peu le nombre total de familles participantes.

Parallèlement, nous avons amorcé une réflexion sur l'avenir de cet atelier. Différentes pistes sont actuellement explorées afin d'offrir cet outil précieux à un plus grand nombre de parents.

Ateliers de proximité

Afin de répondre aux besoins variés des familles de la grossesse au sevrage de l'allaitement et aux premières années de vie de l'enfant, nos consultantes en lactation ainsi que certaines de nos marraines qui ont des formations complémentaires animent des ateliers chez différents partenaires.

Ces rencontres permettent aux parents d'obtenir de l'information fiable, de poser leurs questions et d'échanger dans un environnement bienveillant. Différents thèmes sont abordés selon les besoins exprimés par les parents.



Préparation à l'allaitement



Peau à peau et portage



Préparation à l'accouchement



Gestion naturelle de la fertilité



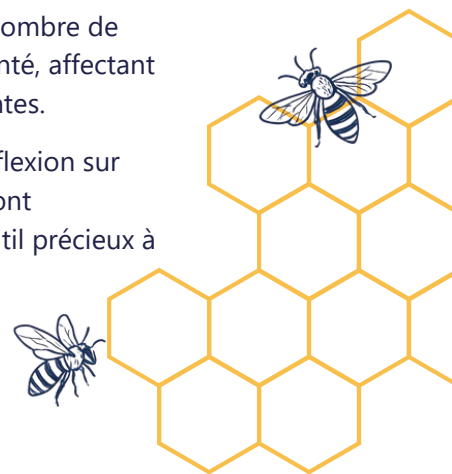
Sommeil du bébé allaité



Introduction des aliments solides



Entrée au service de garde et retour au travail



SERVICES SPÉCIALISÉS

POUR LES AVENTURES D'ALLAITEMENT COMPLEXES

Rencontres avec une IBCLC

1 477
rencontres

À Montréal, les familles ont souvent de la difficulté à obtenir un rendez-vous avec une IBCLC.

L'offre dans le système public est limitée, voire inexistante à certains endroits. Des IBCLC pratiquent dans le secteur privé, mais le coût élevé de ce type de services en restreint l'accès pour plusieurs.

Malgré le coût associé important, nous maintenons ce service afin d'offrir un soutien accru et spécialisé en allaitement. Il permet non seulement d'aider de nombreuses familles, mais aussi d'alléger la charge des bénévoles lors de situations complexes.

Dans les haltes-allaitement, les IBCLC ont offert des rencontres individuelles afin de répondre à certaines questions plus pointues des parents ou de les diriger vers des ressources spécialisées.

Dans certains organismes, les rencontres ont eu lieu en parallèle avec d'autres activités ou en alternance avec la halte, dans le cadre de « cliniques communautaires d'allaitement ».

Certaines familles vivant en contexte de grande vulnérabilité ou éprouvant des difficultés complexes d'allaitement ont bénéficié d'un suivi plus intensif, à distance ou à domicile. Plusieurs familles immigrantes à statut précaire ont ainsi été accompagnées par nos IBCLC.



Prêt et location de tire-lait

Ce service permet d'offrir l'accès à des tire-lait de grade hospitalier aux mères allaitantes qui en ont besoin pour démarrer, augmenter ou maintenir leur production lactée.

Les tire-lait sont répartis parmi différents partenaires communautaires afin d'offrir un service de proximité pour les familles. Ils sont prêtés gratuitement aux familles par la majorité des organismes.

La gestion des prêts est généralement assurée par le personnel de l'organisme, mais des marraines s'occupent également de ce volet dans leur secteur.

Soulignons la contribution exceptionnelle d'Alternative Naissance dans la mise en œuvre de ce service. L'organisme s'occupe du prêt d'une vingtaine de tire-lait et leurs intervenantes offrent un soutien précieux aux familles.

Consultez les cartes des secteurs pour découvrir la répartition des tire-lait sur le territoire !

145
prêts

15
partenaires
impliqués

61
tire-lait en
circulation

SERVICES À LA COMMUNAUTÉ

DÉVELOPPER DES ENVIRONNEMENTS FAVORABLES À L'ALLAITEMENT

Nourri-Source Montréal contribue à la normalisation de l'allaitement dans l'espace public, au partage d'information et à la création d'environnements favorables à l'allaitement par le biais d'initiatives régionales inspirantes.

La Route du lait

Normaliser l'allaitement dans l'espace public



La Route du lait est un regroupement d'établissements publics, d'organismes et de commerces favorables à l'allaitement.

Ils invitent les mères à entrer dans leurs locaux pour allaiter leur enfant, et ce, sans obligation d'achat. Les coordonnées des différents lieux sont répertoriées sur une carte interactive disponible sur le site de l'organisme.

Cette initiative que Nourri-Source Montréal déploie sur l'île de Montréal a pour but de faciliter les sorties des familles, de normaliser l'allaitement dans l'espace public et de faire connaître le droit d'allaiter partout et en tout temps.

Cette année, l'arrondissement de Saint-Léonard a officiellement rejoint la Route du lait. Cette adhésion a été soulignée lors d'un événement en décembre 2025, mettant en lumière l'engagement de l'arrondissement envers toutes les familles.

Les bibliothèques, les centres communautaires, les installations sportives et plusieurs bâtiments municipaux de Saint-Léonard font désormais partie du réseau montréalais de lieux accueillants pour l'allaitement.



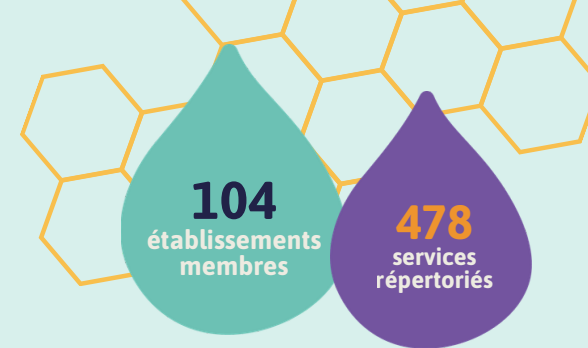
23
nouveaux
membres

610
établissements
membres

La Route du lait de Nourri-Source Montréal est lauréate d'un Prix d'excellence du réseau de la santé et des services sociaux dans la catégorie Impact sur la communauté.



Visionnez la capsule vidéo



Guide des ressources en allaitement à Montréal

Le Guide des ressources répertorie les services en allaitement publics, communautaires et privés. Il est disponible gratuitement sur notre site Web.

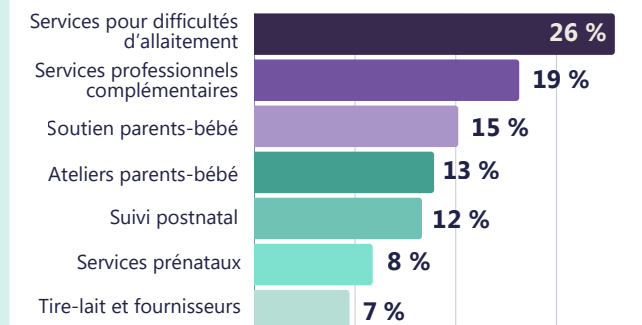
Il permet aux mairaines de connaître les ressources disponibles, ce qui facilite leur travail, surtout lorsqu'elles prennent des jumelages hors secteur. Le Guide peut servir aux personnes travaillant auprès des familles, qui peuvent ainsi les diriger vers les divers services offerts dans la communauté. Enfin, les parents eux-mêmes peuvent utiliser le Guide en fonction de leurs besoins au quotidien.

Au cours de la dernière année, nous avons travaillé avec l'équipe de proximité de la Direction régionale de santé publique de Montréal (DRSP). Nos démarches visaient à promouvoir l'utilisation du Guide par des professionnel.le.s travaillant auprès des familles et à recruter de nouvelles ressources souhaitant y répertorier leurs services.

Le Guide s'est également doté d'une nouvelle identité visuelle afin d'harmoniser son image à la charte graphique de Nourri-Source Montréal et de lui offrir une apparence plus actuelle et facilement reconnaissable.



Nombre des fiches consultées par catégorie de services



**plusieurs services répertoriés dans chaque catégorie*

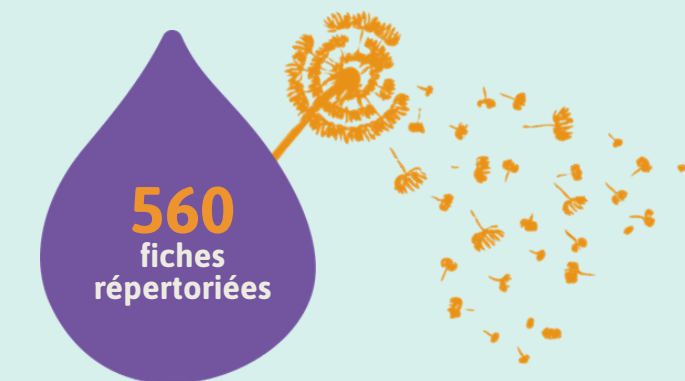
Centre d'information

Pour se retrouver dans la masse d'informations sur l'allaitement

Lancé en 2023, le Centre d'information poursuit son évolution afin d'offrir aux familles et aux intervenant.e.s une expérience simple et efficace.

Cet outil en ligne rassemble des informations fiables sur l'allaitement sous forme de fiches, de documents, de vidéos et de ressources de référence.

Au cours de la dernière année, un important travail d'harmonisation des catégories a été réalisé en collaboration avec les autres Régionales. Les fonctionnalités de recherche ont également été améliorées grâce à des algorithmes plus performants.



Dans un souci de cohérence et d'efficacité à l'échelle du réseau, la gestion des fiches d'information communes a été transférée à la Fédération Nourri-Source.

Celle-ci assure désormais leur mise à jour et leur diffusion, tandis que les Régionales continuent de gérer les contenus destinés à leurs membres et propres à leur réalité.

DES PROJETS PORTEURS DE SENS

«Nourri-Source Montréal est une ressource en or pour toute maman qui allaite ou qui a des questions à propos de l'alimentation de son bébé. C'est aussi une petite communauté où l'on peut rencontrer d'autres mamans et bébés grâce aux haltes-allaitement, ce qui permet de briser l'isolement et de socialiser.»



Services en périnatalité



Depuis 2021, Nourri-Source Montréal reçoit un financement récurrent du MSSS pour une offre de services en périnatalité sur l'île de Montréal.

Cette entente pour des activités spécifiques vise à offrir une couverture de services spécialisés en périnatalité — de haute qualité et gratuite — afin de répondre adéquatement aux besoins des jeunes familles de la grossesse jusqu'au sevrage de l'allaitement.

Les activités proposées sont principalement liées à la préparation et au soutien en allaitement, mais touchent également au développement des compétences parentales ainsi qu'à l'entraide entre parents.

À travers le déploiement de son offre de service, Nourri-Source Montréal participe activement à l'établissement d'un continuum de services en périnatalité sur le territoire de l'île de Montréal.

PROJETS RÉGIONAUX

Soutien aux haltes et au Guide des ressources

Cette année, la Direction régionale de santé publique de Montréal nous a accordé un financement dans le cadre du Plan d'action régional intégré de santé publique (PARI) 2023-2025.

Ce financement a été réparti entre l'année 2025-2026 et l'année 2026-2027.

Il a contribué, et contribuera, aux démarches de promotion du Guide des ressources en allaitement et au maintien de haltes-allaitement sur le territoire.

« Accueillir la halte-allaitement dans nos locaux s'inscrit naturellement dans notre mission auprès des personnes enceintes et des nouveaux parents allaitants.

Les familles bénéficient d'un accompagnement accessible, humain et cohérent, qui s'intègre parfaitement à notre offre existante.

La collaboration avec Nourri-Source Montréal renforce notre capacité collective à répondre aux besoins des parents, dans un climat de bienveillance. »

MILIEUX DE VIE FAVORABLES

Soutien local en allaitement

La mesure 3.1 Milieux de vie favorables — Petite enfance s'inscrit dans la mission de la Direction régionale de santé publique de Montréal.

L'objectif général de cette mesure est de promouvoir la santé, le bien-être et le développement optimal de l'enfant tout en prévenant les problèmes de santé évitables.

Ce financement du MSSS est distribué par les tables de concertation locales, qui sélectionnent les projets s'inscrivant dans les plans d'action basés sur les besoins prioritaires des familles du quartier.

Nourri-Source Montréal s'est impliqué au sein de plusieurs tables de quartier dans les dernières années, ce qui lui permet de déployer des projets locaux.

Dans le cadre de cette mesure, dix projets ont été financés cette année, dont quatre portés par des organismes partenaires.

Financement accordé par la Table de concertation en petite enfance de Rosemont

Partenaires principaux

Carrefour familial l'Intermède
Service des loisirs Angus-Bourbonnière
Espace 40°/Beaubien

Rosemont depuis 2016

Les activités ont contribué à maintenir le dynamisme du secteur, notamment par l'animation de haltes-allaitement hebdomadaires. L'alternance entre les deux locaux a permis d'assurer l'accessibilité au service pour les parents de l'est de Rosemont.

La régularité de l'activité, l'accueil chaleureux de l'intervenante ainsi que le soutien des marraines et de l'IBCLC ont assuré une fréquentation assidue des familles. Plusieurs participantes sont devenues marraines afin de redonner à leur communauté et de maintenir le lien avec le groupe.

Déterminants sociaux de la santé visés



Principales actions



Hochelaga-Maisonneuve depuis 2019

Encore une fois cette année, notre partenaire de longue date, Entre Mamans et Papas, a généreusement accueilli la halte-allaitement bimensuelle et les réunions du secteur dans ses locaux. Une jasette-allaitement au Carrefour Familial Hochelaga a également été intégrée au projet.

Les marraines se sont impliquées activement dans les activités et les familles ont bénéficié de l'accompagnement d'une IBCLC d'expérience. Ces actions ont permis de mobiliser la communauté afin de souligner l'importance du soutien des familles allaitantes.

Saint-Michel depuis 2021

Une halte-allaitement hebdomadaire s'est déroulée en alternance entre les locaux de nos organismes partenaires en présence de marraines et d'une IBCLC.

Les intervenantes des organismes ont assuré le bon déroulement des activités. Elles ont sollicité activement la participation des mères du quartier aux haltes. Le soutien au groupe a été maintenu, notamment par le jumelage avec le secteur de Rosemont et la contribution d'une bénévole de soutien.

Côte-des-Neiges depuis 2022

Cette année, les haltes-allaitement hebdomadaires se sont poursuivies en alternance entre le CLSC et la Maison de naissance de Côte-des-Neiges.

L'intervenante de notre organisme partenaire a poursuivi son implication dans l'activité et notre IBCLC était présente dans la halte de la Maison de naissance.

Les efforts de recrutement et d'accompagnement se sont poursuivis afin de consolider le secteur de bénévoles.

Peter-McGill depuis 2024

Avec ce nouveau financement, des ateliers thématiques en allaitement et en périnatalité ont été animés chez plusieurs partenaires.

Ces activités ont offert des espaces d'échange et de socialisation, et ont permis aux familles de mieux connaître les ressources disponibles dans leur quartier.

Des suivis individuels avec une IBCLC ont été proposés aux familles vivant des situations d'allaitement plus complexes.

Financement accordé par la Table de quartier Hochelaga-Maisonneuve

Partenaires principaux

Entre Mamans et Papas
Carrefour Familial Hochelaga

Financement accordé par Vivre Saint-Michel en santé

Partenaires principaux

Mon Resto Saint-Michel
Joujouthèque Saint-Michel

Financement accordé par la Corporation de développement communautaire de Côte-des-Neiges

Partenaires principaux

Association des parents de Côte-des-Neiges
CLSC Côte-des-Neiges
Maison de naissance de Côte-des-Neiges

Financement accordé par la Table de quartier Peter McGill

Partenaires principaux

Table Familles centre-ville
CLSC Métro
Concordia University Student Parents Centre
Alima



**Financement accordé par la
Table de concertation
Enfance Famille Jeunesse de
l'Ouest-de-l'Île**

Partenaires principaux

West Island Women's Centre
Cloverdale Multi-Ressources

Ouest-de-l'Île depuis 2024

Nous avons maintenu l'activité de halte-allaitement hebdomadaire en alternance entre nos deux partenaires communautaires. Les parents y ont eu accès à un soutien entre pairs et, au besoin, à un soutien spécialisé offert par une consultante en lactation certifiée IBCLC.

Des ateliers thématiques gratuits ont été organisés dans différents lieux fréquentés par les familles afin d'en favoriser l'accessibilité. Ces ateliers ont permis aux familles allaitantes d'acquérir des connaissances, de développer des compétences et de gagner confiance en leurs capacités à prendre soin de leur enfant.

Soutien local porté par nos partenaires

**Financement accordé par la
Table Petite Enfance Outremont**

Organisme porteur

Outremont en famille

Outremont depuis 2024

Cette année, nous avons poursuivi notre partenariat avec Outremont en famille pour la tenue d'une halte-allaitement dans leurs locaux.

L'organisme a bonifié leur projet déposé dans le cadre de la mesure 3.1 afin d'y intégrer l'activité.

Leur contribution financière nous permet de maintenir la halte-allaitement sur le territoire.

Mercier-Est depuis 2025

**Financement accordé par la
table Solidarité Mercier-Est**

Organisme porteur

Maison des Familles
de Mercier-Est

Cette année, nous avons poursuivi notre partenariat avec la Maison des Familles de Mercier-Est pour la tenue d'une halte-allaitement dans ses locaux.

Cet organisme a également bonifié son projet déposé dans le cadre de la mesure 3.1 afin d'y intégrer l'activité.

Sa contribution financière nous permet de maintenir la halte-allaitement sur le territoire.



Saint-Laurent depuis 2025

Cette année, nous avons poursuivi notre partenariat avec Au cœur de l'enfance pour la tenue d'une halte-allaitement dans ses locaux.

L'organisme a bonifié son projet déposé dans le cadre de la mesure 3.1 afin d'y intégrer l'activité.

Sa contribution financière nous permet de maintenir la halte-allaitement sur le territoire.

Bordeaux-Cartierville depuis 2025

Nouveauté cette année : nous avons mis sur pied une halte-allaitement dans Bordeaux-Cartierville grâce à notre partenariat avec Au cœur de l'enfance.

L'organisme a bonifié son projet déposé dans le cadre de la mesure 3.1 afin d'y intégrer l'activité.

Sa contribution financière et son implication nous permet de tenir une halte-allaitement sur le territoire.

**Financement accordé par
le Comité petite enfance
de Saint-Laurent**

Organisme porteur

Au cœur de l'enfance /
Centre de pédiatrie sociale
de Saint-Laurent

**Financement accordé par la
Table de concertation jeunesse
Bordeaux-Cartierville**

Organisme porteur

Au cœur de l'enfance /
Centre de pédiatrie sociale
de Saint-Laurent



Soutenir les femmes en situation de handicap

Cette année, nous avons conclu le projet pilote avec la DRSP de Montréal et la Clinique Parents Plus, qui accompagne les familles en situation de handicap.

Le projet a suscité un vif intérêt de la part des familles et des ergothérapeutes qui les accompagnent, et les retombées semblent très positives.

Pour clore le projet, notre IBCLC a préparé des documents de référence pour l'équipe d'ergothérapeutes afin de les aider à poursuivre le soutien en allaitement.

Un rapport est en préparation et proposera un processus d'accompagnement qui pourrait être adapté à chaque région du Québec.

Nous souhaitons trouver des solutions pour poursuivre notre engagement à plus long terme et rehausser l'accès à ce service.

**Accompagnement proposé
en fonction des besoins**

- Inscription à l'atelier prénatal virtuel de Nourri-Source Montréal
- Rencontre prénatale conjointe
- Rencontres postnatales à l'hôpital ou à domicile avec l'ergothérapeute et l'IBCLC
- Accès à un tire-lait de grade hospitalier



SECTEURS EN ACTION

NOS GROUPES LOCAUX DE BÉNÉVOLES

Les mairraines d'allaitement se regroupent localement au sein d'une entité appelée secteur.

Historiquement développé autour des territoires de CLSC, le modèle demeure en fonction.

Cela facilite la connaissance des ressources locales par le groupe de mairraines et la redirection des familles allaitantes vers le système de santé lorsque nécessaire.

11
secteurs couvrant
l'ensemble du
territoire de l'île
de Montréal

Vie de secteur : une gestion participative

Afin d'assurer l'autonomie et le bon fonctionnement de chacun des secteurs, des bénévoles y assument un ou plusieurs rôles ; elles forment l'équipe de gestion.

Une agente de développement et de liaison de Nourri-Source Montréal est attitrée à chacun des secteurs afin de soutenir le travail du groupe local.

La possibilité de se rencontrer en présentiel grâce à l'accueil des partenaires dans leurs locaux fait une différence significative dans la création de lieux d'appartenance.

Les mairraines tissent ainsi des liens entre elles et développent un attachement au secteur.

L'appartenance à cette communauté bienveillante les motive et renforce leur engagement envers l'organisme.

Les efforts soutenus des dernières années ont permis d'augmenter le nombre de secteurs autonomes.

L'ajout graduel de bénévoles de soutien aux secteurs permettra de les consolider davantage.

Rôles de gestion assurés par les bénévoles

● Répartition des demandes de jumelage

● Accueil des nouvelles mairraines

● Animation des réseaux sociaux

● Organisation des rencontres du secteur

● Planification des présences aux haltes

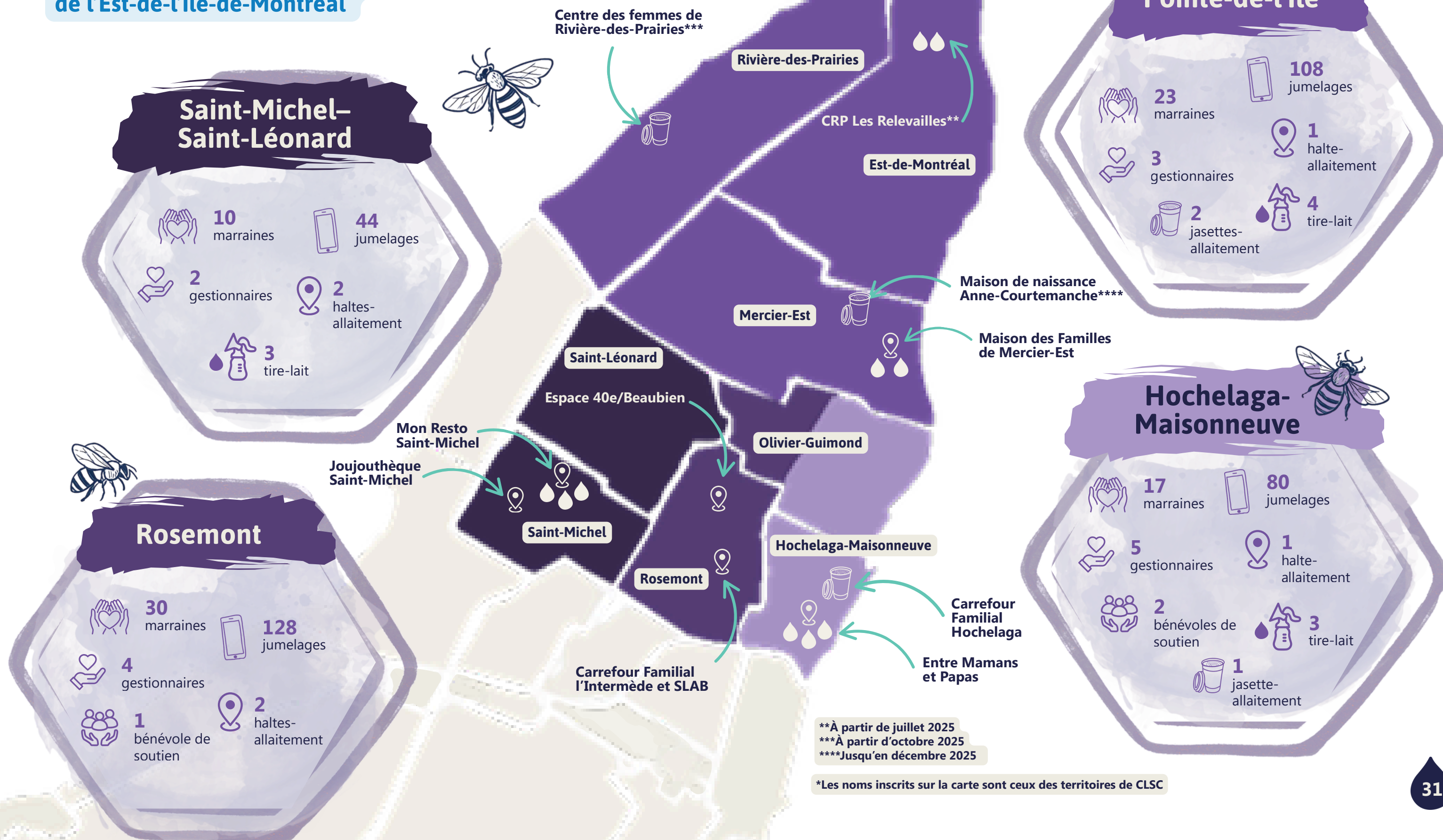
● Trésorerie du secteur

● Organisation d'activités spéciales

● Lien avec le bureau régional

SECTEURS DE L'EST

Situés sur le territoire* du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

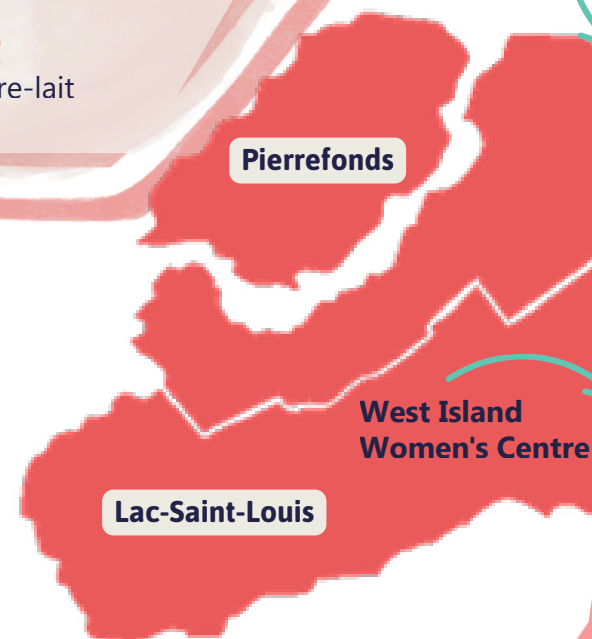
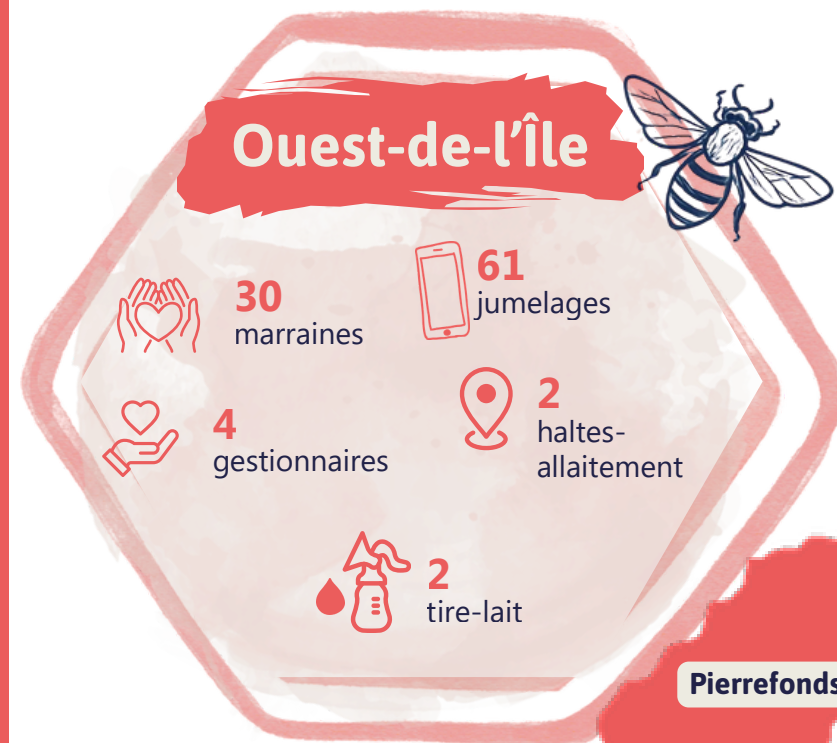


**À partir de juillet 2025
***À partir d'octobre 2025
****Jusqu'en décembre 2025

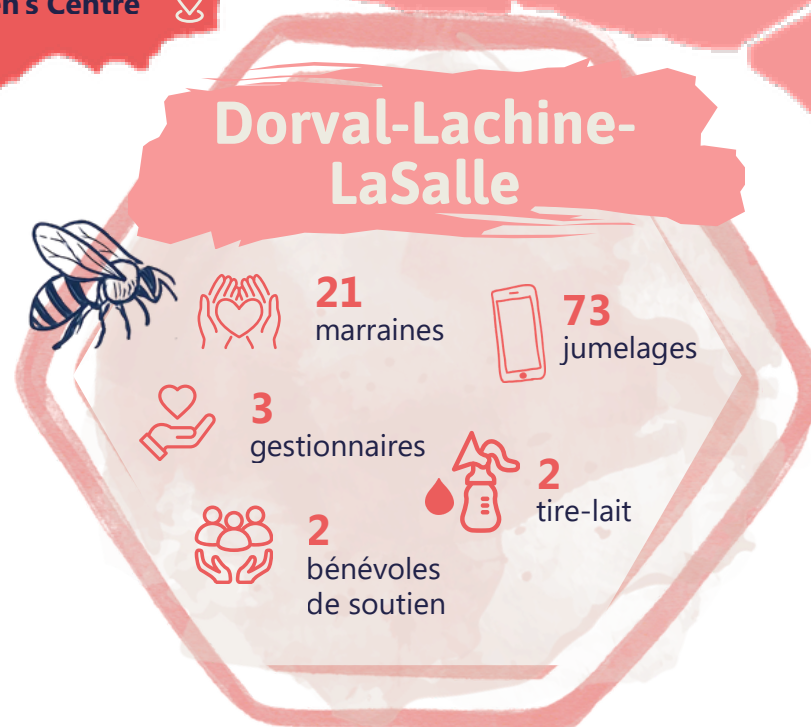
*Les noms inscrits sur la carte sont ceux des territoires de CLSC

SECTEURS DE L'OUEST

Situés sur le territoire* du CIUSSS de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal



Cloverdale Multi-Ressources + marraines du secteur**



Dorval-Lachine

Benny Farm

Bibliothèque l'Octogone

Maison Bleue de Côte-des-Neiges + Fondation de la Visite

Maison de naissance Côte-des-Neiges

Maison Bleue de Parc-Extension
Outremont en famille

Côte-des-Neiges

René-Cassin

CLSC Benny Farm

LaSalle

SECTEURS DU CENTRE-OUEST

Situés sur le territoire* du CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal



Notre-Dame-de-Grâce

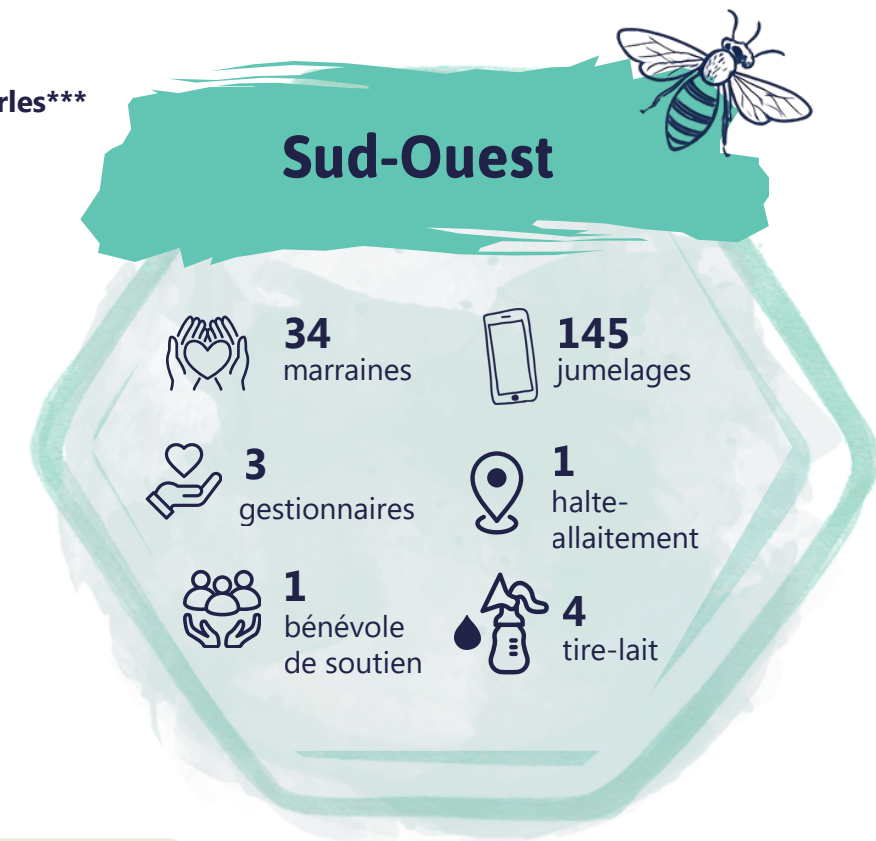
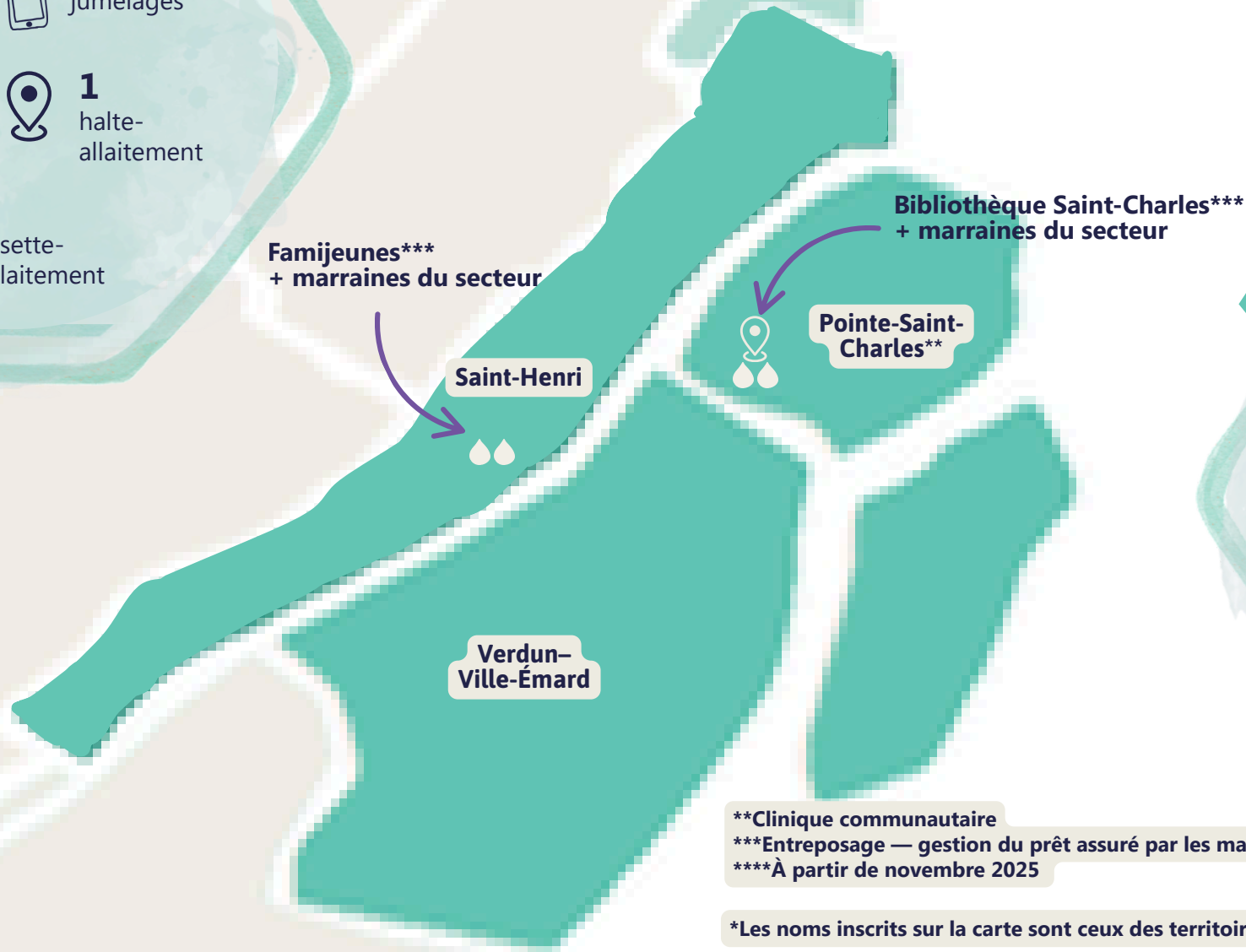
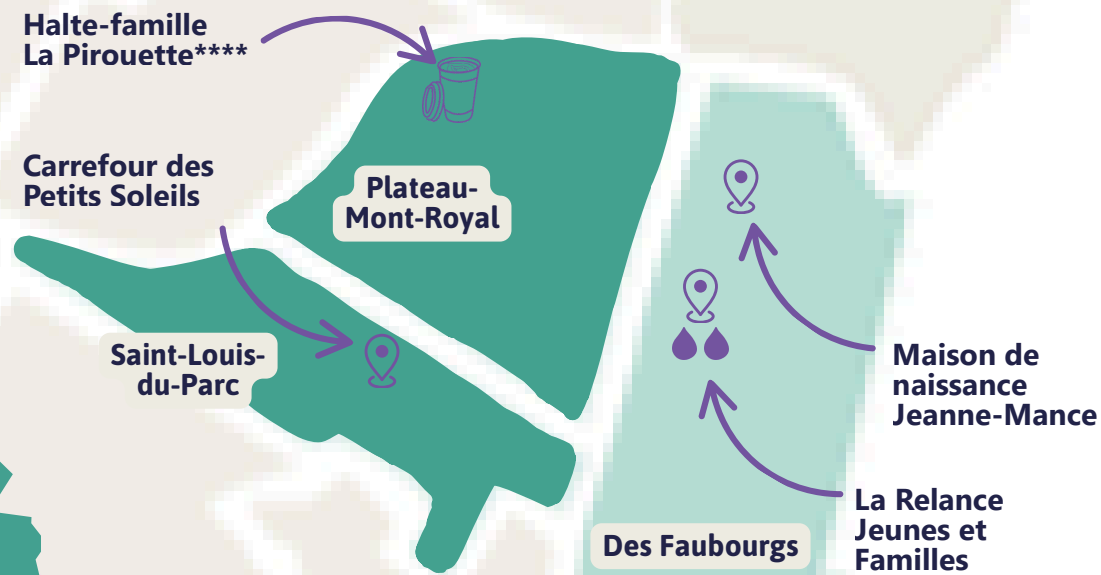
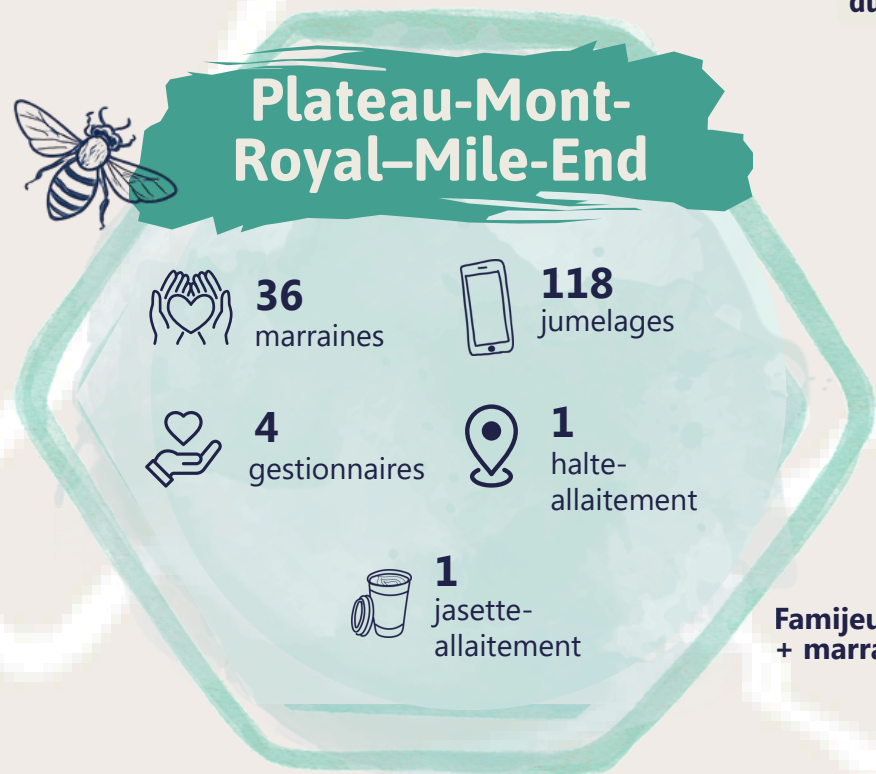


**Jusqu'en août 2025
***À partir d'octobre 2025

*Les noms inscrits sur la carte sont ceux des territoires de CLSC

SECTEURS DU CENTRE-SUD

Situés sur le territoire* du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal



À la suite d'une période de réflexion et de collaboration, les secteurs Saint-Henri-Petite-Bourgogne et Verdun-Ville-Émard-Pointe-Saint-Charles ont officiellement fusionné en novembre afin de former un nouveau secteur : le secteur Sud-Ouest.

**Clinique communautaire
***Entreposage — gestion du prêt assuré par les marraines
****À partir de novembre 2025

*Les noms inscrits sur la carte sont ceux des territoires de CLSC

SECTEURS DU NORD

Situés sur le territoire* du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal



*Les noms inscrits sur la carte sont ceux des territoires de CLSC

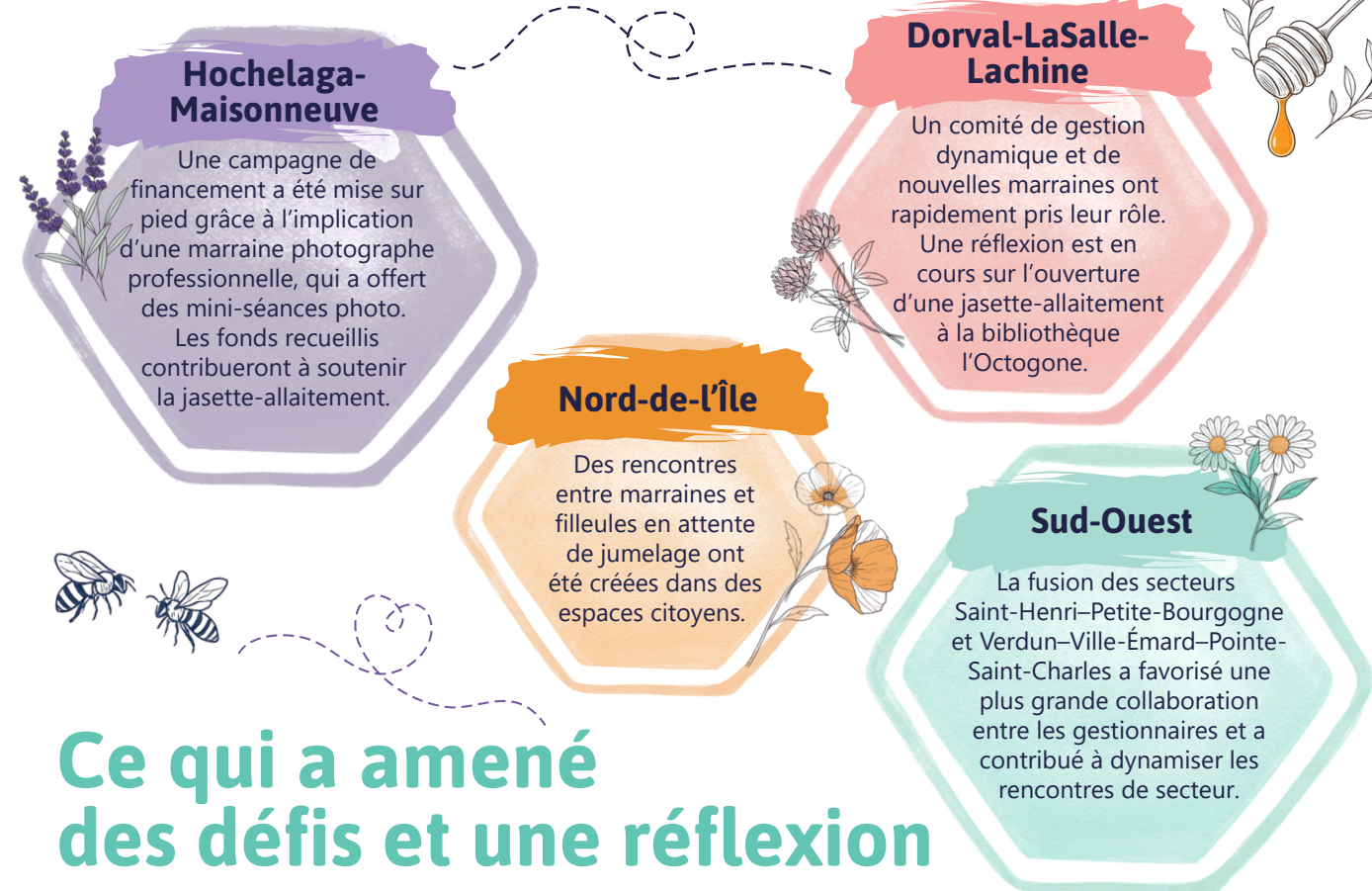
LA VOIX DES SECTEURS

Lors de notre rencontre annuelle des responsables de secteur, un exercice de bilan a permis d'identifier les bons coups et les défis vécus sur le terrain.

Ce qui a marqué l'année

Plusieurs secteurs ont innové en développant de nouvelles formules de rencontres, telles que les jassettes-allaitement, des activités spéciales et des moments de rassemblement favorisant les échanges entre les mairaines et les familles enceintes en attente d'un jumelage.

Ces initiatives témoignent de la vitalité et de la capacité d'adaptation des secteurs, qui contribuent chaque jour à faire vivre la mission de Nourri-Source Montréal au cœur de leur communauté.



Ce qui a amené des défis et une réflexion

Certains secteurs ont un grand territoire à couvrir, ce qui peut amener des efforts supplémentaires pour favoriser l'implication des bénévoles dans les rencontres de secteur et maintenir la présence des mairaines dans les activités comme les haltes-allaitement et les cours prénataux.

Ces enjeux alimentent nos réflexions et orientent la planification des prochaines actions visant à soutenir les secteurs et à optimiser leur fonctionnement.

ENGAGEMENT DANS LA COMMUNAUTÉ

Nourri-Source Montréal est un organisme régional, impliqué localement.

Il travaille en concertation et établit des partenariats avec les acteurs locaux des différents milieux.

POTENTIALISER L'IMPACT PAR LA CONCERTATION

Nous participons à un grand nombre de rencontres de concertation, tant à l'échelle locale, régionale que provinciale. Évidemment, ce travail demande des ressources énormes, mais le jeu en vaut la chandelle.

Nous croyons fermement au proverbe sénégalais qui dit qu'il faut un village pour élever un enfant. Par nos actions sur le terrain, nous espérons contribuer à la construction de ce village !

L'émergence d'une concertation en périnatalité à Montréal

Jusqu'à récemment, il n'existait pas d'espace de concertation en périnatalité à l'échelle régionale sur l'île de Montréal.

Depuis plusieurs années, nous travaillons en collaboration avec des organismes communautaires à portée régionale afin de planifier des actions concertées, de partager des connaissances et de diriger mutuellement les familles vers nos services respectifs.

Nous portons aussi la voix de la périnatalité lors de notre participation aux instances de concertation locales et régionales. Cette position stratégique a permis d'intégrer la période de la grossesse, de la naissance et du post-partum dans les réflexions.

Au cours de l'année, grâce au soutien de Tamara Toro de Réseau réussite Montréal, nous avons franchi une étape importante vers la création d'un espace de concertation régional en périnatalité. Son accompagnement a permis de mobiliser les partenaires et de coordonner la mise en place des premières rencontres.



Trois rencontres ont ainsi réuni des acteurs de différents milieux afin d'échanger sur les réalités vécues par les familles, de mieux connaître les services offerts sur le territoire et d'identifier des pistes d'action communes pour renforcer le continuum de services en périnatalité.

Ces travaux ont confirmé la pertinence et le besoin d'un tel espace de concertation. Afin d'assurer la pérennité de cette démarche, un comité de coordination a été formé. Celui-ci prendra le relais dès l'an prochain pour poursuivre l'animation et le développement de la concertation de manière autonome.



Concertation locale

Nous collaborons avec les tables de concertation en petite enfance et les tables de quartier qui sont présentes dans les différents territoires de l'île de Montréal.

Cette participation permet d'avoir une connaissance approfondie des réalités et des besoins locaux, d'amorcer le dialogue sur l'importance du soutien à l'allaitement, d'intégrer les besoins des parents en période périnatale dans le plan d'action local et d'assurer une complémentarité des services offerts par les membres de la table.

C'est aussi une excellente occasion de rencontrer des partenaires locaux et d'établir des liens privilégiés pour faire connaître notre ressource auprès de familles en situation de vulnérabilité.

Le degré d'implication auprès des différentes tables varie en fonction des projets en cours et de la capacité de notre organisme à intensifier sa présence sur le territoire.

Membre invité occasionnel

-  Le Réseau d'échanges et de concertation Petite Enfance de la Petite-Patrie
-  Solidarité Mercier-Est
-  Comité 0-5 ans de Villaray
-  Table d'action et de concertation en petite enfance de LaSalle
-  Table 0-5 ans de Cavendish

« On connaît nos familles et nos partenaires. C'est ce qui rend notre travail humain. »

Fatima, marraine depuis 5 ans

Membre régulier

Table de concertation en petite enfance de Rosemont

Comité de coordination
Rencontres

La Table de quartier Hochelaga-Maisonneuve

Assemblées générales
Comité Éducation
Sous-comité 0-12 ans

Vivre Saint-Michel en santé

Assemblées de quartier
Comité Bonjour-Famille
Comité périnatalité et petite enfance
Halte développement des compétences et des savoirs

Corporation de développement communautaire de Côte-des-Neiges

Table Famille
Comité La Ruche

Comité des Organismes Sociaux de Saint-Laurent

Comité Petite Enfance

Table de Concertation Enfance-Famille-Jeunesse de l'Ouest-de-l'Île

Réunions et activités de réseautage

Table de quartier Peter-McGill

Table Familles Centre-Ville
Contribution au plan d'action

Table Petite Enfance d'Outremont

Participation aux tables régulières

Concertation régionale

Sur le plan régional, Nourri-Source Montréal est membre de plusieurs instances de concertation couvrant le territoire de l'île de Montréal, ce qui lui permet d'avoir une connaissance des enjeux entourant la petite enfance, les femmes, le milieu communautaire et le système de santé à plus grande échelle, tout en lui permettant de faire connaître largement ses services. La participation à ces regroupements offre aussi une occasion unique de s'assurer que l'allaitement et la périnatalité occupent une place significative dans les réflexions des membres.

Table des groupes de femmes de Montréal (TGFM)

- Assemblée générale annuelle
- Comité santé
- Réflexion sur les revendications féministes en santé
- Réflexion sur les pratiques inclusives dans les groupes de femmes

Regroupement des instances de concertation en petite enfance de Montréal (RICPEM)

- Rencontres et formations
- Représentante du comité petite enfance de Saint-Laurent

Regroupement des organismes communautaires famille de Montréal (ROCFM)

- Assemblée générale annuelle
- Déjeuner-causerie et formations

Réseau réussite Montréal (RRM)

- Chantier montréalais des tout-petits
- Comité de coordination du chantier montréalais des tout-petits
- Comité familles en situation de vulnérabilité en contexte montréalais
- Représentante de la périnatalité
- Mise en place d'une concertation en périnatalité

Comité régional en allaitement maternel de Montréal (CRAM)

- Participation aux quatre rencontres annuelles

Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal (RIOCM)

- Assemblée générale annuelle
- Personne-ressource en périnatalité

Concertation provinciale

Sur le plan provincial, en plus de la participation au Réseau Nourri-Source, notre organisme collabore avec différents partenaires, ce qui lui permet d'avoir une vision encore plus large des préoccupations et des nouvelles perspectives concernant l'allaitement et la périnatalité à travers le Québec.

Mouvement allaitement du Québec (MAQ)

- Comité ressources communautaires en allaitement (RCA)
- Rencontres provinciales des RCA

Fondation Olo

- Comité consultatif pour le volet communautés et familles

Adhésions

Nourri-Source Montréal est membre d'organismes partenaires, ce qui lui donne accès à des formations, à des outils et à un réseau de contacts.

- Centre d'action bénévole de Montréal
- Accès Bénévolat de l'Est de Montréal
- Association québécoise des consultantes en lactation certifiées
- Ligue La Leche
- Regroupement Naissances Respectées
- Regroupement pour la Valorisation de la Paternité
- Initiative nationale pour le peau à peau et le portage des enfants

TRAVAIL EN PARTENARIAT

Renforcer les alvéoles de soutien autour des familles

49 %
des familles
ont connu
l'organisme par le
biais de nos
partenaires

Nourri-Source Montréal fonctionne, depuis ses débuts, en collaborant avec de nombreux partenaires institutionnels, dont les CLSC, les hôpitaux accoucheurs et les maisons de naissance.

L'organisme travaille également avec une large gamme de partenaires communautaires bien implantés dans leur quartier, les principaux étant des maisons de la famille ou des organismes communautaires famille. Ceux-ci contribuent largement à la diffusion de ses services.

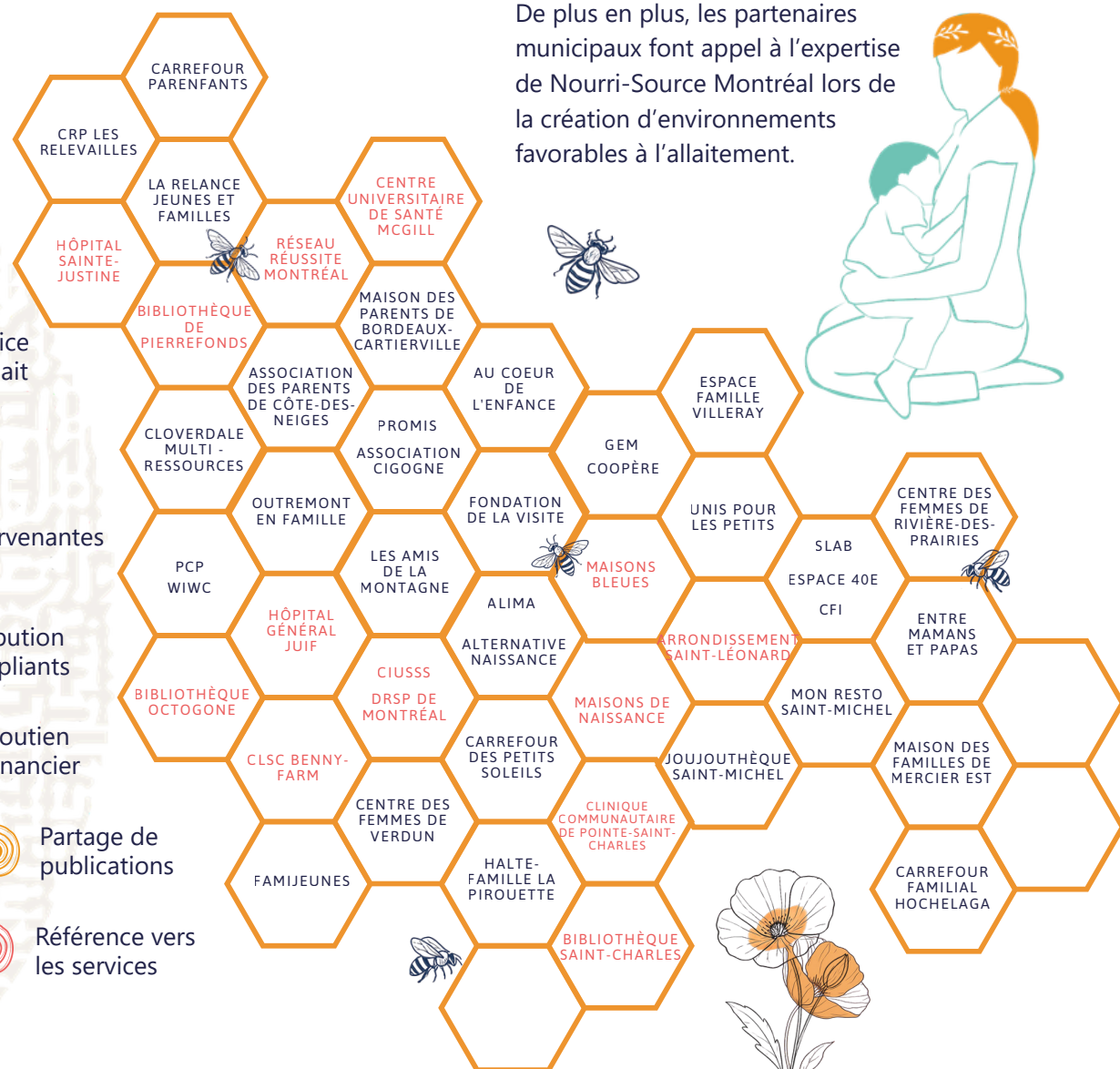
Son expertise en soutien à l'allaitement est bien reconnue par les partenaires, tant sur le plan local que régional.

L'organisme est régulièrement consulté pour ses connaissances en ce qui concerne les besoins des parents allaitants et sa capacité à établir des partenariats locaux.

De plus en plus, les partenaires municipaux font appel à l'expertise de Nourri-Source Montréal lors de la création d'environnements favorables à l'allaitement.



- Activités conjointes
- Prêt de locaux et de matériel
- Partage d'expertise et de connaissances
- Gestion du service de prêt de tire-lait
- Recrutement de bénévoles
- Participation d'intervenantes dans les activités
- Distribution de dépliants
- Soutien financier
- Partage de publications
- Référence vers les services



Services sur mesure pour les partenaires : s'adapter aux besoins locaux

Tout au long de l'année, nous offrons une gamme de services aux partenaires afin de les accompagner dans la mise en place de services périnataux pour les familles. Nous constatons de plus en plus d'engouement de la part des partenaires pour le soutien dans la mise en place d'environnements favorables à l'allaitement.

Des ateliers et des formations à la carte

Afin d'informer les familles de nos services, d'offrir des ateliers sur l'allaitement ou d'effectuer du recrutement de nouvelles bénévoles, les agentes de développement et de liaison se déplacent dans les différents organismes communautaires qui souhaitent bénéficier de ces activités.

Nos consultantes en lactation (IBCLC) se déplacent également chez nos partenaires afin d'animer des ateliers destinés aux familles qui fréquentent leurs services.

Dans une volonté d'offrir un soutien diversifié aux familles, certaines mairies ayant suivi des formations complémentaires en lien avec la périnatalité contribuent à l'offre d'activités en animant des ateliers sur des sujets connexes.

Nous agissons également comme intermédiaire pour des organismes qui souhaitent organiser des activités pré- et postnatales pour les familles.



Les thématiques retenues pour l'ensemble des activités se basent sur les besoins exprimés par les parents.

De plus, pour assurer une approche cohérente auprès des familles, les intervenantes qui participent aux haltes-allaitement sont invitées à suivre la même formation de base en allaitement que les mairies.

Ceci favorise le développement d'un langage commun et une meilleure complémentarité entre les différentes personnes qui accompagnent les familles.

Mise en place de services de proximité



Travailler avec des partenaires communautaires nous aide à offrir aux familles l'accès à un soutien crucial dans leur projet d'allaitement.

En mettant en place des services communs dans les organismes, nous entrons directement en contact avec leur clientèle.

Les haltes-allaitement, les jassettes allaitement et les centres de prêt de tire-lait sont ainsi plus facilement accessibles, car ils se trouvent dans leur quartier.

MOBILISATION ET REPRÉSENTATION

Mobilisation collective du milieu communautaire



Le Communautaire à boutte!

Cette année, le comité financement et politique du CA planifiait la poursuite des démarches de sollicitations auprès des députés provinciaux.

Au-delà des revendications liées au sous-financement, nous visions la mise en avant des enjeux d'accès aux soins pour les femmes allaitantes et de la portée de l'engagement de nos bénévoles.

C'est donc tout naturellement que nous avons joints le mouvement collectif « Le communautaire à boutte » dont les revendications résonnaient pour nous!

Ainsi, nous avons participé activement à la mobilisation en fonction de nos moyens et nous prévoyons poursuivre les efforts au courant de l'année à venir.

- Signature et partage de la pétition
- Mobilisation des partenaires
- Grève du 23 mars au 2 avril
- Inscription à l'infolettre
- Avis de participation à notre cellule locale
- Bannières et publications sur les réseaux sociaux
- Affichage dans les locaux
- Signatures courriels
- Sensibilisation des bénévoles et des familles
- Sollicitation de notre député local
- Rencontre avec l'attaché politique du député

Participation aux manifestations dans plusieurs quartiers



Les revendications

- Conditions de travail décentes pour les travailleuses et travailleurs du communautaire
- Financement suffisant à la mission
- Reconnaissance pleine et entière des organismes
- Protection de l'autonomie et fin du financement précaire
- Investir dans le modèle communautaire comme pilier stratégique

Normaliser l'allaitement

Semaine mondiale de l'allaitement maternel



À travers le monde, l'allaitement est célébré annuellement en août au courant de la Semaine mondiale de l'allaitement maternel (SMAM).

En Amérique du Nord, la semaine se déroule plutôt au début d'octobre : la 40^e semaine de l'année, pour représenter les 40 semaines de grossesse.

Cette année, la thématique faisait directement écho à ce que nous pronons au quotidien : l'importance du réseau de soutien autour des parents allaitants!

Pendant la semaine, nous avons diffusé largement des publications sur l'importance du soutien à l'allaitement et nous avons relayé celle de la Fédération Nourri-Source.

Zones allaitement et kiosques

Lors d'événements publics, nos zones allaitement offrent aux familles, allaitantes ou non, un lieu confortable pour nourrir leur bébé ou se reposer.

Elles visent aussi à normaliser l'allaitement dans l'espace public et à sensibiliser au droit d'allaiter partout et en tout temps.

Cette année, de concert avec la Fédération Nourri-Source, nous avons proposé un espace allaitement et famille dans un événement d'envergure : le Salon Maternité Paternité Enfants.

Ces petites oasis ont permis aux participant.es de nourrir ou de changer leur bébé tout en obtenant plus d'information sur nos services.

Nous avons également participé à des événements locaux avec les bénévoles de la communauté.

En plus de la zone allaitement, l'objectif est de présenter les services aux parents, de répondre à leurs questions et, avec un peu de chance, de recruter des bénévoles!

- Salon Maternité Paternité Enfants
- Salon Éveil Périnatal
- Fête de la famille de Mercier-Est
- Fête de la famille d'Hochelaga
- Salon des organismes de Mercier-Est

Prioriser l'allaitement Tisser des réseaux de soutien solides

SMAM | SEMAINE MONDIALE DE L'ALLAITEMENT 2025



Se mobiliser pour le respect des droits

Droit d'allaiter dans l'espace public

Allaiter partout et en tout temps est un droit inaliénable, protégé par la Charte des droits et libertés.



La loi protège les personnes qui allaitent dans l'espace public. Cependant, des familles nous rapportent encore trop souvent des incidents, allant de regards désapprobateurs jusqu'aux demandes de quitter un lieu.

Ces événements renforcent la pertinence et la nécessité de poursuivre les actions en lien avec la normalisation de l'allaitement et la revendication du respect du droit d'allaiter.

Avec notre soutien, des arrondissements et des établissements se mobilisent pour offrir aux familles des environnements bienveillants afin de faciliter l'allaitement dans les lieux publics.

Leurs actions se manifestent notamment par la signature d'une motion sur le droit d'allaiter, l'affichage, l'inscription de leurs établissements à la Route du lait et l'aménagement d'espaces accueillants pour toutes les familles.

Solidarité avec d'autres luttes

Par nos actions sur le terrain et nos communications, nous avons signifié notre soutien à une diversité de lutte. Ces actes de solidarité - et de sororité pour plusieurs - s'inscrivent dans notre vision d'une société plus équitable, respectueuse et axée sur l'entraide.

Signature et partage de pétitions

- Maintien du Programme de l'expérience québécoise
- Adoption d'une Charte des droits des enfants

- Demande visant à rétablir l'allocation mensuelle destinée aux familles de demandeurs d'asile ayant des enfants handicapés

- Retrait du projet de loi n° 1, Loi constitutionnelle de 2025 sur le Québec

Publications sur les médias sociaux

- Journée internationale des droits des femmes (8 mars)
- Journée internationale contre l'homophobie et la transphobie (17 mai)
- Journée du chandail orange - Every child matter (30 septembre)

Diffusion

- Plateforme de revendications féministes pour le droit à la santé de la Table des groupes de femmes de Montréal

- Offre d'emploi pour un projet collectif de la TGFM autour de la diversité sexuelle et de genre chez les personnes en situation de handicap

Collaboration et partage d'expertise

À plusieurs reprises, l'organisme a été sollicité en raison de son expertise en soutien à l'allaitement ou pour sa capacité à joindre un grand nombre de familles en période périnatale. Des collaborations sous différentes formes en ont découlé, dont :

- Présentation par Sophie Morel, directrice générale, lors du Colloque Allaitement et périnatalité de la Maison des familles de Drummondville

- Partage de recherche de participant.es pour des études sur la grossesse, la parentalité ou l'allaitement

- Milieu de stage pour une étudiante au DESS Approche interdisciplinaire avancée en allaitement de l'UQTR

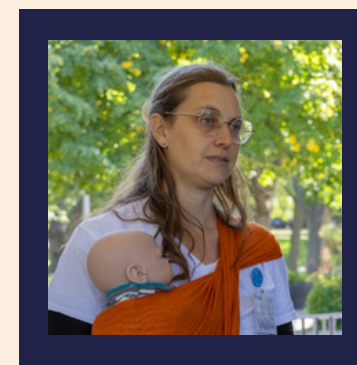
- Milieu de stage pour deux étudiantes en pratique sage-femme de l'UQTR

- Milieu de stage d'observation pour trois étudiantes en 2e année de médecine de l'Université de Montréal



Initiative nationale pour le peau à peau et le portage des enfants (INPE)

Collaboration pour animer des ateliers chez les partenaires avec qui nous offrons des activités et discussion sur la diffusion plus large de leur formation à l'intention des parents (Accès Portage).



Regroupement pour la valorisation de la paternité (RVP)



Participation à la diffusion de leur formation Pères et périnatalité auprès des bénévoles et des intervenant.es d'organisations partenaires

Sérénité Québec

Collaboration pour outiller les marraines et les familles concernant la fertilité et la contraception naturelle par des formations et des ateliers de discussion.



SITUATION FINANCIÈRE

FINANCEMENT 2025-2026

Une année rassurante

L'an dernier l'organisme avait proposé un budget plus conservateur dans l'optique de réduire le moins possible les services tout en réduisant le déficit.

La stratégie déployée a permis d'élaborer un budget prudent mais réaliste pour 2025-2026, permettant de maintenir l'équipe et les services.

Non seulement l'objectif financier a été atteint, mais il a été dépassé de beaucoup!

Les dépenses ont également été nettement inférieures aux prévisions, ce qui permet de conclure l'année avec un surplus.

De plus, les démarches auprès des bailleurs de fonds et des partenaires a permis de sécuriser les services dans plusieurs quartiers pour quelques années.

Nous pouvons donc envisager la prochaine année et l'avenir plus sereinement. Ouf!

Des actions pour rehausser le financement à la mission

Des discussions ont eu lieu avec les responsables de la gestion du PSOC afin de comprendre les raisons de notre sous-financement historique et d'explorer des solutions.

Peu de pistes concrètes ont été obtenues pour le moment, en dehors de la demande de rehaussement annuel.

Une demande a aussi été déposée afin de sécuriser le montant reçu pour les services en périnatalité en l'intégrant à notre financement à la mission. Fin février, nous avons reçu la confirmation que l'entente était renouvelée pour trois ans.

Et contre toutes attentes, le 1^e avril (non, ce n'était pas un poisson d'avril!), nous avons été informées que le montant serait plutôt transféré vers notre financement à la mission dès 2026-2027.

Bien que cette situation n'entraîne pas une hausse des revenus, elle assure un financement de base plus durable tout en réduisant le fardeau de la gestion d'une entente spécifique.

En 2026-2027, nous poursuivrons les démarches de mobilisation, car la bataille pour avoir un financement à la hauteur des besoins est loin d'être gagnée!

Une première campagne nationale

Le comité financement mis sur pied par la Fédération Nourri-Source a lancé sa première campagne de financement à l'échelle du Québec, sous le thème « Ensemble, nourrissons l'avenir ».

Elle a été lancée début octobre, dans le cadre de la Semaine mondiale de l'allaitement maternel, et s'est poursuivie tout au long du mois. La campagne comportait deux volets : la sollicitation de dons individuels et les achats solidaires.

L'ensemble du Réseau a participé pour récolter des fonds visant à soutenir toutes les Régionales, avec une redistribution proportionnelle aux efforts déployés.

Bien que les résultats aient été inférieurs à la cible, cette première campagne a démontré la capacité et la volonté du Réseau de travailler conjointement vers des objectifs communs.

À Nourri-Source Montréal, nous avons préféré miser sur la collecte de dons individuels plutôt que sur les achats solidaires. Cela nous a permis d'atteindre 36% de fonds récoltés par l'ensemble du Réseau, mais 17% des ventes et 63% des dons!

Le comité financement misera sur les apprentissages faits lors de cette campagne pour planifier la prochaine! Les travaux du comité commenceront d'ailleurs dès avril 2026.

De nombreuses demandes

En se basant sur les résultats positifs obtenus grâce à la stratégie de financement utilisée en 2024-2025, la direction et le CA ont poursuivi dans la même voie.

Ainsi, sept projets ont été déposés et retenus, dont certains qui s'échelonnent sur plusieurs années!

Pour 2026-2027, quatre projets ont été reconduits, deux nouveaux ont été retenus et un financement obtenu en 2025-2026 sera utilisé en partie pendant l'année.

Ces montants déjà assurés permettent un peu plus de prévisibilité et laissera la place à du développement de nouveaux projets.

La sollicitation de fondations

Le comité financement prévoyait solliciter activement des fondations pour Nourri-Source Montréal, mais cet objectif a de nouveau été reporté à l'an prochain par manque de temps.

Cependant, deux demandes ont été déposées dans le cadre d'appels à projet. Malgré la qualité des demandes, les projets n'ont pas été retenus faute de moyens pour répondre à tous les besoins!

La direction s'est également impliquée dans le comité financement de la Fédération Nourri-Source qui a déposé des demandes auprès de trois fondations.

Les projets n'ont pas été retenus, mais des discussions sont en cours pour redéposer une version modifiée auprès de l'une d'entre elle.

Une réflexion s'est également amorcée avec les membres du Réseau concernant la place que devrait occuper les fondations dans le financement des organismes.

La contribution des partenaires

L'an dernier, en réponse à la nécessité de réduire le coût global des haltes-allaitement, certains partenaires se sont mobilisés pour retrouver ou maintenir la fréquence de ces rencontres très appréciées.

Ainsi, Espace Famille Villeray et Au Coeur de l'enfance se sont engagés à couvrir la moitié des honoraires de l'IBCLC.

Trois partenaires, Outremont en famille, Maison des familles de Mercier-Est et Au Coeur de l'enfance, ont bonifié un de leur projet financé pour couvrir une partie des frais de l'activité.

De plus, Au Coeur de l'enfance a déposé un nouveau projet pour permettre le démarrage d'une halte-allaitement dans Bordeaux-Cartierville.

Cette mobilisation des partenaires démontre à la fois l'importance accordé à notre collaboration et l'ampleur des besoins des parents de leur quartier.

Plus de
103 000 \$
en financement
de projets

Des surplus imprévus

Au terme de cette année, l'organisme a largement dépassé sa cible de 503 000 \$ avec plus de 520 000 \$ amassés!

Les dépenses ont été analysées attentivement et plusieurs mesures ont été mises en place pour optimiser les ressources. La réduction imprévue des heures d'une employée pour des raisons personnelles a entraîné des économies substantielles pour la masse salariale.

Ainsi, l'organisme termine l'année avec un surplus de 46 000 \$. Cette somme nous permettra de ramener la réserve à un niveau plus confortable en cas d'imprévus et d'envisager l'avenir plus sereinement.

Un surplus de
46 000 \$



Soutien et donateurs

Don in memoriam

Depuis 2021, la famille Geoffroy-Joseph verse annuellement un montant en l'honneur de Carmen Parent.

Un grand merci pour son incroyable générosité!

Le soutien à l'action bénévole

Le Programme de soutien à l'action bénévole est financé par le ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale.

Il permet aux députés québécois de tous les partis d'offrir un soutien financier à des organismes communautaires de leur circonscription.

Cette année 17 députés de circonscriptions montréalaises ont soutenu l'organisme par le biais de ce programme.

Députés ayant soutenus l'organisme par le Soutien à l'action bénévole

- 1 200 \$** : Alejandra Zaga Mendez (Verdun)
- 1 000 \$** : Andrés Fontecilla (Laurier-Dorion)
Elizabeth Prass (D'Arcy-McGee)
- 750 \$** : Gabriel Nadeau-Dubois (Gouin)
- 500 \$** : Paul St-Pierre Plamondon (Camille-Laurin)
Haroun Bouazzi (Maurice-Richard)
Monsef Derraji (Nelligan)
Désirée McGraw (Notre-Dame-de-Grâce)
Chantal Rouleau (Pointe-aux-Trembles)
Madwa-Nika Cadet (Bourassa-Sauvé)
- 300 \$** : André Albert Morin (Acadie)
Marc Tanguay (LaFontaine)
- 250 \$** : Ruba Ghazal (Mercier)
Michelle Setlakwe (Mont-Royal-Outremont)
- 200 \$** : Alexandre Leduc (Hochelaga-Maisonneuve)
Enrico Ciccone (Marquette)
Guillaume Cliche-Rivard (Saint-Henri-Sainte-Anne)

8 550 \$
en soutien



Organismes subventionnaires



Merci à nos donatrices et à nos donateurs

6 000 \$

Nicolas Geoffroy et
Geneviève Joseph

1 000 \$

Duc-Minh
Lam-Do

11 622 \$
récoltés
en dons

500 \$

Azita
Papaie

**200 \$
et plus**

Daniel Morel ·
Roxanne St-Cyr

Adelaïde Lemaire · Anne Du Sablon ·
Ariane Campeau · Cinthya Erika Mamani ·
Claire Dumaresq · Ghyslain Roy ·
Isabelle Poulin · Jennifer Teasdale-
Raymond · Kristen Leblanc · Laura
Crump · Laurence Chamberland · Louise
Falcon · Martial Morel · Melissa Le
Guerrier · Nesrine Ahmed · Renald
Desharnais · Yasmine Maricar

**100 à
199 \$**

**50 à
99 \$**

Alain Morel · Catherine Paschali · Chloé
Holliday · Delphine Cirette · Doris Hidalgo ·
Héloïse Rolland · Isabelle Feng · Joceline
Falcon · Johanne Morel · Josée Falcon ·
Juliane Camirand · Julie Gueho · Kamilia
Loumrhari · Laura Pavelka · Laurianne
Bessière · Marie-Eve Charest-Saint-Denis ·
Michel Provençal · Mylène Fugère · Océane
Fargeas · Sarah Forget · Sophie Morel

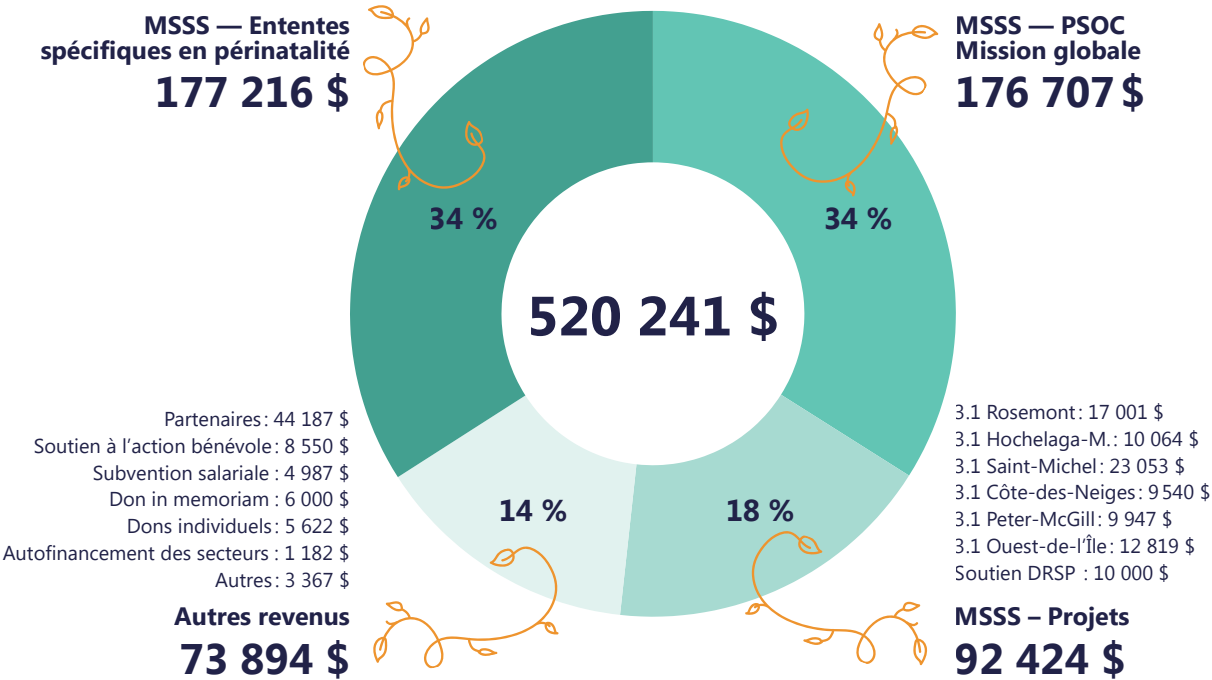
**Jusqu'à
49 \$**

Amélie Falcon-Borduas · Amira Kelner ·
Anne Wolff · Boyana Stefanova · Camille
Lecomte · Camille Belzile · Carol-Anne
Massé · Christina Mosconas · Daniel
Slapcoff · Dorine Dietz · Emilie
Champagne · Emilie-Anne Leroux ·
Evelyne Perrault · François Deslauriers-
Lambert · Frederick Breton · Inès ·
Isabelle Lefebvre · Jennifer Roberts ·
Joanie Péloquin-Dumoulin · Julie
Vignola · Kathy Alves · Laëtitia Kahloun ·
Laurence Landry · Lili Renard · Lou ·
Marianne Mengus · Marlène Bauzet ·
Mlles Gâteaux · Olivia Gomez · Omar
Lamin · Pascale Aubert-Bujold · Sarah
Pronovost · Selena Ayala · Sophie
Banville-Forté · Valérie Talbot ·
Véronique Gosselin Bouchard · Victoria
Zilic · Wendy Jean-Joseph · Yves
Harrison

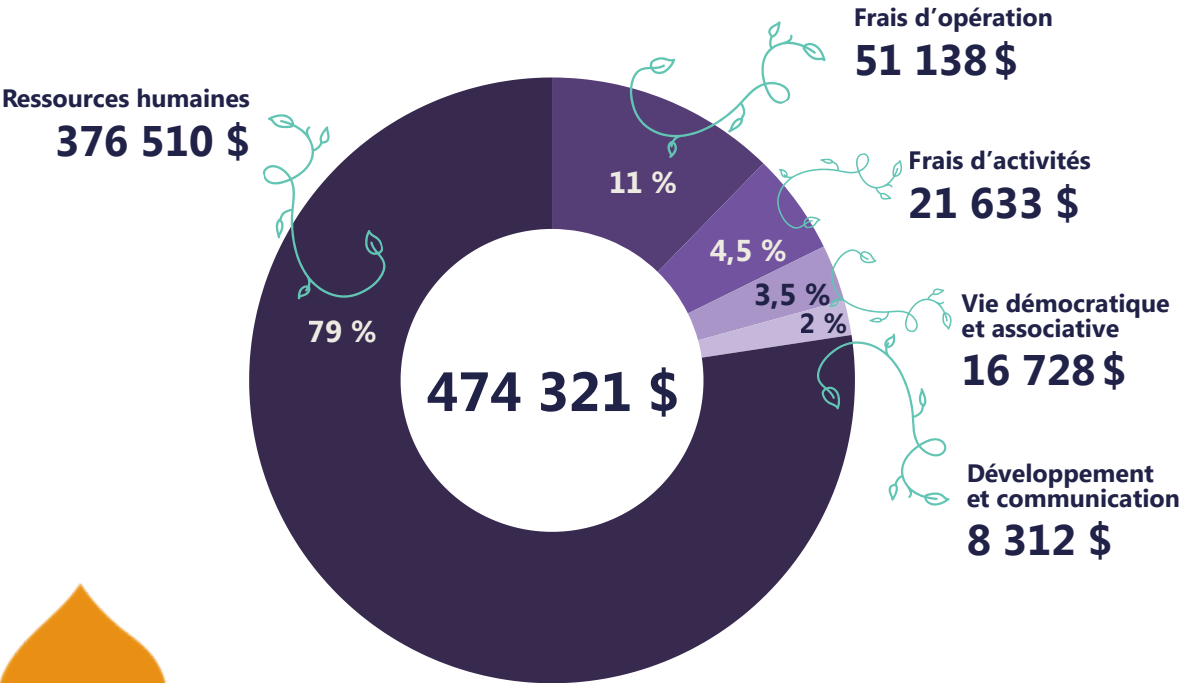


Résultats financiers 2025-2026

Revenus 2025-2026



Dépenses 2025-2026



PERSPECTIVES 2026-2027

Poursuivre la consolidation

Cette année, l'équipe et le CA devront maintenir un rythme soutenu afin d'atteindre les objectifs financiers.

La priorité sera accordée au maintien de l'équipe de travail, au soutien des bénévoles, au maintien des services et à la mise en œuvre des projets financés.

Le nombre élevé de projets acceptés démontre une ouverture croissante aux besoins de soutien des familles allaitantes.

Cependant, il amènera une complexité supplémentaire dans la gestion et l'organisation du travail.

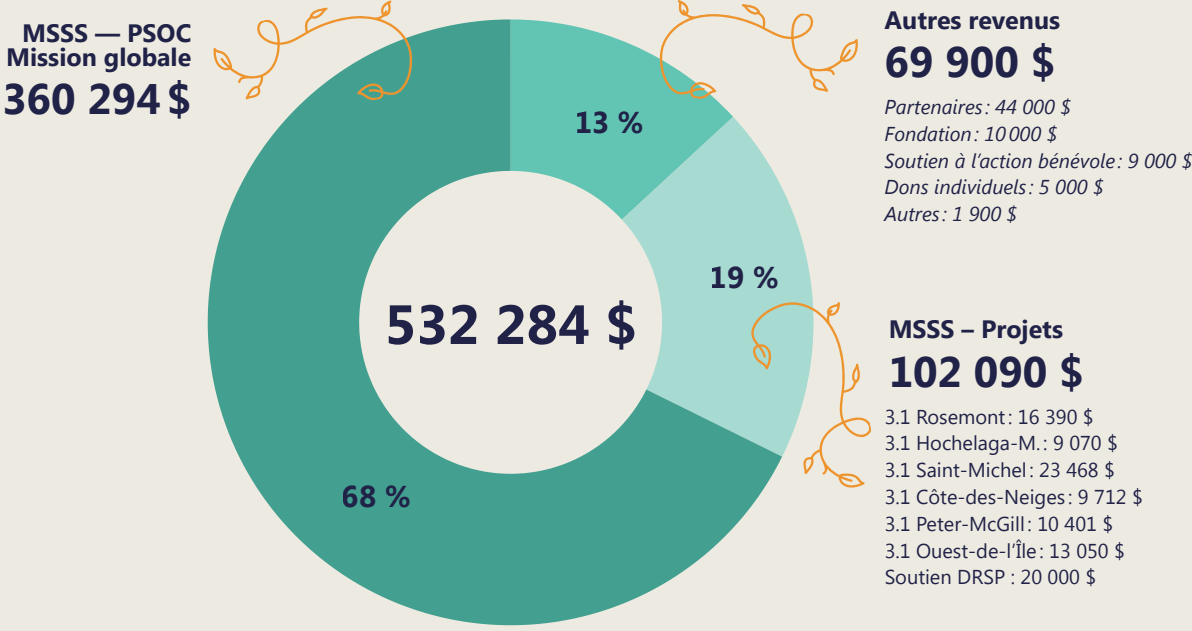
Néanmoins, avec près de 95% des revenus confirmés pour l'année, l'organisme peut commencer à envisager la prochaine étape de développement.

Tout en surveillant les occasions de financement public, les efforts se concentreront sur la recherche de soutien financier auprès de fondations et d'individus.

La participation au comité financement de la Fédération Nourri-Source et la mutualisation des ressources constituent également des pistes fort intéressantes!

532 000 \$
à amasser pour consolider l'équipe et les services

Revenus prévus 2026-2027





RAPPORT À LA COMMUNAUTÉ

2025-2026

