



RAPPORT ANNUEL 2021-2022



125, boul. René-Lepage, bureau 312
Rimouski (Québec) G5L 1N9

TABLE DES MATIÈRES

3	Mot de la présidence et de direction
4	Les faits saillants
5	Les statistiques
6	Au-delà des statistiques
7	Une déclaration
8	Tourner la page sur 2021-2022
13	Les partenaires
14	États financiers

MOT DE LA PRÉSIDENCE ET DE LA DIRECTION

Nous voilà de nouveau en mai. Bientôt nous aurons l'occasion de livrer un 22e rapport d'activités devant les membres en assemblée générale annuelle. On marche tranquillement, mais sûrement vers un quart de siècle d'existence ! Et des bébés, depuis bientôt 25 ans, il en est passé au Centre périnatal ! Quand on se risque à extrapoler ça aux parents de ces « petits bouts de choux », on perd facilement le compte. Quoi qu'il en soit, une brève incursion dans les rapports annuels du passé, a démontré que l'utilisation des services du Centre périnatal par les familles de Rimouski-Neigette est en constante évolution.

Nous tenterons dans le rapport annuel 2021-2022 de vous donner un aperçu des réalisations de la dernière année tout en vous donnant une idée des défis qui se présentent pour l'exercice 2022-2023. Nous espérons que ces renseignements vous permettront d'apprécier toute l'importance des activités et des services que rend le Centre périnatal aux parents de notre communauté.

Bien évidemment, qui dit réalisations dit ressources. En 2021-2022, c'est principalement sur le plan humain que les ressources ont été sollicitées. Autant sur le plan de la gouvernance (l'équipe du CA) que dans celui des opérations (l'équipe de travail), la traversée de cette période a demandé aux dirigeants et aux membres du personnel une bonne dose d'adaptation, allongée d'une quantité appréciable de souplesse, le tout pimenté à la « sauce covid » et agrémenté d'un filet d'espérance avec une phrase qu'on ose plus dire : « Ça va b... ». Un cocktail à boire régulièrement afin de maintenir le cap sur notre mission avec l'énergie qui nous caractérise.

En terminant, il est essentiel de remercier l'Équipe, notre grande et belle équipe qui est constituée de personnes dévouées et consciencieuses. Merci aux membres du conseil d'administration pour leur engagement sans faille et aux membres du personnel qui permettent au Centre périnatal d'offrir une programmation d'activités de grande qualité, un soutien périnatal bénéfique et généreux et un encadrement administratif et de gestion indispensable. Les maillons de cette chaîne sont admirablement soutenus par des partenaires de concertation et de soutien qui stimulent, mobilisent et appuient le Centre dans sa volonté de faire une réelle différence dans la vie des mères, des pères, et de celle toute neuve de leur "petits trésors" !



Chanel Roussel, président du CA



Marie-Hélène Chouinard, directrice générale

LES FAITS SAILLANTS

Une organisation qui évolue...

L'année qui s'achève a donné lieu à des modifications dans la structure opérationnelle du Centre. Ces modifications faisaient suite à la réflexion menée durant l'exercice 2019 à 2021. Elles ont pour but d'accroître l'efficacité du Centre dans la réalisation de sa mission. Ainsi l'organisation du travail s'est consolidée par l'ajout ou la transformation de certains postes de travail.

- Une nouvelle direction générale est entrée en poste de façon permanente en septembre 2021;
- Nous comptons maintenant sur l'expérience et l'expertise de deux formatrices et consultantes en périnatalité;
- Un poste d'adjointe administrative responsable de la comptabilité a été créé et pourvu;
- Nous avons progressivement constitué deux groupes de ressources humaines. Un premier groupe est actif sur une base contractuelle ou surnuméraire pour optimiser l'offre activités spécialisées. Le second est actif sur une base surnuméraire pour répondre au besoin d'assistance périnatale dans le cadre du service de Relevailles.

**La famille s'agrandit pour mieux répondre aux besoins des parents
qui requièrent les services du Centre**



Des membres de CA engagés!

Alexsandrine Richard
Chanel Roussel
Josiane Rioux
Ariane Lebel
Anne-Marie Audet Canuel
Caroline Collin
Roxanne Larocque



Une équipe stimulée et dédiée au mieux-être des parents et de leurs petits!

Justine Brousseau	Karine Veilleux
Claudie Castonguay	Absentes sur la photo:
Marie-Hélène Chouinard	Gabrielle Gauvin
Catherine Chamberland	Hélène Bleau
Nancy Proulx	Josiane Chevarie
Guylaine Dion	Magali Rolland
Rachel Ouellet	

Le **Centre** a pour mission d'offrir des services en périnatalité répondant aux besoins des parents et futurs parents principalement en période prénatale et postnatale (jusqu'à 2 ans)

Préparer, Accompagner, Soutenir, Valoriser

4 mots clés qui soutiennent notre approche



Quelques **300 membres** utilisent nos services...

Merci à toutes les personnes qui rendent possible la réalisation de notre mission !



Des parents et aussi des petits participent aux activités et services

- Se préparer à l'accouchement – **159 participations**
- Se préparer à l'allaitement et recevoir du soutien – **66 participations**
- Développer ses connaissances parentales – **322 participations**
- Acquérir des connaissances en prévention et s'entraider – **916 participations**
- S'offrir des activités stimulantes avec Bébé – **666 participations**
- S'offrir à soi des activités de relaxation et de stimulation – **245 participations**
- Recevoir une écoute attentive et un soutien en période de deuil – **8 rencontres**
(service Mariposa)
- Recevoir chez soi un soutien qui fait du bien – **36 familles /201 visites**
(service de Relevailles) **/600 heures**

AU-DELÀ DES STATISTIQUES

Catherine et Claudie, formatrices et consultantes principales en périnatalité au Centre. Une expertise essentielle !



Devenir mère a été pour moi une révélation, un coup de foudre immense avec la périnatalité. Au fil des années, je me suis formée pour accompagner les familles dans cette merveilleuse aventure. Chaque jour, j'ai le privilège d'accompagner des familles dans la découverte de la parentalité.

Aucune de mes journées de travail n'est identique, mais elles ont tout de même un point en commun; chaque matin, je me réveille avec le sourire, heureuse du travail que je fais. Dans mon rôle de formatrice et conseillère en périnatalité au Centre périnatal Entre Deux Vagues, j'offre une variété de cours pré et postnataux. Je coordonne aussi le service de Relevailles, que j'affectionne particulièrement, car celui-ci offre un répit nécessaire aux nouveaux parents.

La reconnaissance dans les yeux d'un papa à la suite d'un conseil ou encore un soupir de soulagement d'une maman à qui l'on confirme qu'elle fait un excellent travail est la plus belle récompense au monde selon moi. Il est si valorisant de savoir qu'un petit geste, un compliment, une oreille attentive ou un encouragement peut faire une réelle différence pour un nouveau parent.

À ma manière, je change le monde, une famille à la fois.



Depuis 10 ans que je gravite dans l'univers de la périnatalité à Rimouski ! On dit qu'il faut un village pour élever un enfant. J'ai l'impression d'en faire partie.

Mon travail, c'est un espace pour créer des moments de bonheur, de confiance et des amitiés. C'est aussi l'endroit qui me permet de regarder les familles s'épanouir en plus de transmettre ma passion de l'eau.

Pour moi, voilà une occasion de redonner et de voir apparaître des sourires.

Faire la différence, l'instant d'un moment, me fait grandir à pas de géant.

UNE DÉCLARATION DE PRINCIPES QUI FAIT DU SENS...

Entre 1996 et 1999, une dizaine de Centres de ressources périnatales ont vu le jour au Québec. Leur regroupement, qui visait l'échange d'expertises et le maillage d'expériences, a donné naissance au Réseau des Centres de Ressources Périnatales du Québec (RCRPQ). Le Centre périnatal Entre Deux Vagues est membre de ce réseau et fait sienne la déclaration de principes suivante :

- Les parents sont **les premiers éducateurs** de leurs enfants.
- Les **familles sont diversifiées** : âge, ethnie, orientation sexuelle, statut économique, etc.
- La naissance d'un enfant est un **événement naturel**, personnel et social, hautement significatif.
- La période entourant la naissance d'un enfant constitue **une période de transition et de vulnérabilité** pour toutes les diversités familiales indépendamment de leur revenu, leurs caractéristiques, leurs ressources.
- La période périnatale est une expérience unique qui **exige beaucoup d'adaptation et d'apprentissage** dans toutes les sphères de la vie.
- Le **développement accéléré de l'enfant au début de sa vie** et le caractère irréversible de son développement durant la grossesse et dans les trois premières années de sa vie imposent que ses parents et toute la société investissent les meilleurs soins pour lui assurer le meilleur avenir possible.
- La **période périnatale visée** par les CRP englobe toute la période préparatoire avant la naissance et les deux premières années de vie du bébé dans toutes les dimensions humaines non médicales : physiologie, psychologie, spiritualité, relations de couple, sexualité, maternage, relations familiales et sociales.
- Les **parents sont autonomes, compétents et capables de faire des choix** dans le meilleur intérêt de leur enfant en tenant compte de leurs besoins propres.
- Le développement de **l'attachement enfant/parent est une clé essentielle à la santé et au développement global du bébé** ainsi qu'à la qualité de toutes ses relations futures.
- **Toutes les personnes significatives autour de l'enfant** méritent une attention, des services et du soutien pour garantir un environnement sain qui favorise le développement de l'enfant et de sa famille.
- Tout doit être fait **pour que toute la période périnatale suit son cours** le plus naturellement et le plus sainement possible, en favorisant les stratégies qui protègent le mieux la physiologie, l'écologie, la nature même du processus.
- **L'ensemble de la société** et chacune de ses composantes ont la responsabilité de rendre disponible et accessible un ensemble de stratégies qui puisse permettre aux parents de reconnaître leurs compétences, de faire des choix qui correspondent à leurs valeurs, d'exercer leurs droits, de vivre une expérience parentale satisfaisante et enrichissante





TOURNER LA PAGE SUR 2021-22 ET SUR LA PANDÉMIE

LES DÉFIS QUI SE PRÉSENTENT EN 2022-2023

Comme bien d'autres organisations, le Centre périnatal Entre Deux Vagues émerge d'une période difficile où nous avons dû adapter nos façons de faire et de communication avec notre clientèle. Du choc ressenti autour du 13 mars 2020 aux remous des vagues successives, le coronavirus nous a fait déployer de multiples efforts pour garder un niveau de service optimal et surtout adapté pour nos parents et leurs tout-petits.

Au-delà des contraintes purement techniques, cette pandémie a aussi fragilisé les membres de notre organisation qui ont vécu de l'insécurité, de l'inquiétude et dans certains cas ont été confrontés à un isolement difficile à supporter. C'est dans ce genre de contexte que l'expertise et l'expérience de nos formatrices et consultantes en périnatalité se sont avérées si précieuses. Elles ont pu contribuer à réduire l'anxiété en conservant des liens de communication et en offrant du soutien aux parents en devenir et à ceux déjà bien occupés avec l'arrivée d'un nouveau bébé dans la famille.

PETITS RETOURS SUR L'ANNÉE 2021-2022 ET PERSPECTIVES POUR 2022-2023

En 2021-2022...

Nos activités aquatiques Bébé d'eau et Bébé nageur sont toujours aussi populaires. Elles permettent au Centre de générer des revenus qui sont réinvestis dans l'ensemble de notre offre de services. S'il en tenait qu'au seul souhait de notre dynamique monitrice aquatique, nous ferions creuser une piscine au sous-sol de l'édifice où nous logeons.

En 2022-2023...

Nous aimerions bien gagner un gros lot et transformer ce souhait en réalité. Mais, plus réalistement, nous espérons maintenir une offre régulière de cours sans interruption liée à des conditions sanitaires restrictives.

« Le Centre est pour moi bien plus qu'un emploi! Il me permet même de rêver d'une piscine bien à nous un jour. Ma folie est devenue un « running gag » dans l'équipe ! »

Claudie C.

**Pour le bonheur des petits
mais aussi de leurs parents!**



TOURNER LA PAGE SUR 2021-22 ET SUR LA PANDÉMIE

Le service des Relevailles a été très apprécié tout du long! Les 36 familles qui en ont bénéficié ont témoigné des bienfaits procurés par ces quelques heures où l'une de nos assistantes périnatales se rendait à leur domicile et leur donnait un coup de main avec la maisonnée.

« J'ai hésité à prendre le service car mon bébé était très fusionnel avec moi. Oui oui bébé covid... mais j'ai fini par demander le service et j'ai enfin pu recommencer à respirer un peu et demander l'aide nécessaire. Deux enfants en bas âge peu de ressource et être isolée ça pas été facile. Je me suis sentie vite en confiance. J'attendais mes mercredis avec le sourire en sachant que j'aurais une oreille attentive et un support. Merci infiniment. »

En août 2021, une **nouvelle formatrice et consultante** entrait dans l'équipe. Avec l'arrivée de Catherine qui était déjà prête à intervenir, nous avons pu apporter une aide bienvenue à Claudie. L'expertise de Catherine nous a aussi permis d'améliorer la coordination des Relevailles et d'assurer à ce service toute l'attention qu'il mérite.

En **2022-23**, nous souhaitons consolider l'offre du service de Relevailles qui requiert maintenant l'intervention de six (6) assistantes périnatales. Une nouvelle politique d'utilisation de ce service a été adoptée afin de modifier la structure de tarification tout en assurant une gratuité aux familles qui démontrent des indices de vulnérabilité (grossesse gémellaire, isolement, fratrie nombreuse, monoparentalité, précarité financière).

« Je fais le plus beau travail du monde. Je me sens si privilégiée d'avoir la chance de vivre ces moments si uniques avec les familles. »
Catherine C.

Une **offre d'activités sportives structurées** s'est progressivement mise en place en cours d'année grâce à la présence d'une jeune stagiaire kinésiologue (Merci à l'UQAR !) qui se passionne autant pour son métier que pour la condition physique des mamans en période pré et postnatale.

En **2022-23** nous souhaitons pouvoir diversifier cette offre et offrir à notre jeune kinésiologue diplômée des occasions de parfaire son expérience et de développer son expertise dans le domaine de l'activité physique en période périnatale.



TOURNER LA PAGE SUR 2021-22 ET SUR LA PANDÉMIE

Mariposa, parce que le deuil périnatal ça existe aussi. Malheureusement oui ça existe. Différents contextes engendrent cet état : perte du bébé à la naissance ou quelques heures/jours/semaines après, une grossesse qui se termine trop tôt, des choix difficiles qui s'imposent avec la nouvelle d'une grossesse non désirée ou une interruption médicale de grossesse. Toutes ces situations sont suivies d'une période de deuil. Le soutien offert par le Centre dans ce domaine est personnalisé et vise à accompagner les parents qui le souhaitent durant cette épreuve. Annuellement, dans le cadre de La journée mondiale de sensibilisation au deuil périnatal (15 octobre), le Centre invite les familles à une cérémonie des Anges qui souligne le passage de ces petits bébés dans nos vies. À l'automne 2022, 30 personnes ont pris part à l'événement.

En **2022-23** nous voulons mieux faire connaître notre service de soutien en deuil périnatal autant en soutien individuel que de groupe et mettre en valeur l'expertise développée par notre intervenante désignée dans ce domaine.

« Je me sens toujours privilégiée de rencontrer les familles dans des moments aussi marquants de leur vie. L'arrivée, ou le deuil d'un bébé, dans toute les émotions que cela comporte, ils me font preuve d'une grande confiance et je leur en suis très reconnaissante » Gabrielle G.

Se soucier de la santé mentale et agir en prévention. Les émotions en période prénatale et postnatale peuvent prendre toutes sortes de directions. Quelques fois elles glissent sur une mauvaise pente et entraîne les parents dans des états où leur santé mentale en souffre.

En **2022-2023** un accent sera mis sur la prévention de la santé mentale de diverses façons et nous aborderons spécifiquement la dépression périnatale. Notre personnel aura accès à une formation sur mesure pour parfaire nos connaissances dans ce domaine.



TOURNER LA PAGE SUR 2021-22 ET SUR LA PANDÉMIE

Sur le plan administratif, Nancy Proulx a rejoint l'équipe à l'automne 2021 afin d'épauler celle-ci dans les opérations du Centre. Pour Nancy, il s'agit d'un retour dans l'organisation puisqu'elle y avait œuvré pendant quelques années auparavant. Nous étions vraiment heureuses de son retour, elle qui connaît toutes les petites ficelles du passé qu'il faut tricoter au présent !

En **2022-2023**, la mise en place d'un système de gestion informatisée de nos activités et services va requérir la collaboration de Nancy. Ce nouvel outil de gestion nous permettra de mieux connaître notre clientèle et l'utilisation de nos services en plus de faciliter la coordination du service de Relevailles.

*« Travailler avec une Équipe pleine d'idées créatives et de projets pour se développer; qui en plus nous permettent de redonner à la communauté ! C'est ce qui définit mon travail au Centre périnatal et j'aime ça ! »
Nancy P.*

Une nouvelle direction générale a fait une entrée progressive à compter de juin 2021. À l'automne, elle s'engageait plus à fond dans la compréhension des opérations du Centre et principalement dans la gestion des ressources humaines et des ressources financières.

En **2022-2023** le Centre engage une réflexion qui servira à élaborer un plan de développement de son offre de services. Avec l'aide d'une ressource externe nous évaluerons la portée et le rayonnement des activités et services offerts afin de bien positionner son intervention pour les 5 à 7 prochaines années. Un plan directeur guidera la mise en œuvre des principaux jalons de ce développement.

Nous allons aussi effectuer une mise à niveau interne des technologies de l'information et de communications (TIC) afin d'améliorer nos façons de faire et optimiser leurs résultats. La cible est de mieux soutenir le travail collaboratif entre les équipes et de détenir une information de gestion pertinente pour orienter des choix et soutenir des initiatives.

« Arriver dans une nouvelle organisation c'est souvent réapprendre à faire les choses autrement. Ça demande de l'adaptation, de la patience et de l'écoute mais aussi le sentiment que la confiance est au rendez-vous. C'est cette chance que j'ai en travaillant avec l'Équipe du Centre périnatal. Tant au plan de la gouvernance avec un conseil d'administration dédié, que sur le plan opérationnel avec une équipe de travail motivée! Je sens bien toute la volonté des personnes à regarder devant et à fournir les efforts pour assurer une pérennité heureuse au Centre périnatal! » Marie-Hélène C.

Un CA en santé c'est aussi une organisation en santé. Charité bien ordonnée... Félicitons-nous d'abord d'avoir pu compter sur des personnes qui ont été très présentes dans la vie du Centre au cours des dernières années et à celles qui ont relevé le défi d'en faire partie en 2021-2022 !

MERCI !!! Chanel, Roxanne, Josiane, Ariane, Caroline, Anne-Marie et Alexandrine.



2021-2022 ne fut pas encore une année très favorable pour les « fréquentations » ! Le virtuel a encore été très largement à la mode. Qu'à cela ne tienne, le Centre a poursuivi ses relations auprès de partenaires d'échanges et de concertation:



Réseau des Centres de Ressources Périnatales du Québec (RCRPQ). Cet organisme a entre autres la mission de rassembler, mobiliser, soutenir et promouvoir l'utilité sociale des centres de ressources périnatales du Québec. Le Centre périnatal Entre Deux Vagues est membre de cette organisation depuis plusieurs années.



PÉDIATRIE SOCIALE



COSMOSS – Espace Petite Enfance. Grâce à COSMOSS-EPE les organisations locales qui ont à cœur le développement des enfants et le soutien à leurs parents peuvent se rencontrer et se concerter pour mieux desservir une clientèle commune.

La Maison des Familles de Rimouski-Neigette, Le Centre de pédiatrie sociale le Petit Repère et Accueil Maternité sont des partenaires de choix pour le Centre périnatal et nous les remercions pour leur collaboration en cours d'année.

**Centre intégré
de santé
et de services sociaux
du Bas-Saint-Laurent**

Québec



CISSS-BSL demeure une organisation de collaboration essentielle pour la mise en valeur des activités et services du Centre périnatal auprès de la clientèle en obstétrique. Diverses ressources professionnelles sont impliquées dans l'organisation des services dans ce domaine et se faisant, soutiennent la promotion aux activités et services du Centre périnatal.

PARTENAIRES FINANCIERS OU DE SERVICES

2021-2022

Le **MSSS-CISSL BSL** est le principal partenaire financiers qui soutient la mission du Centre et lui permet d'offrir une gamme d'activités et de services aux parents et à leurs nourrissons.

La **Ville de Rimouski** soutient le Centre périnatal Entre Deux Vagues dans le cadre de son programme de soutien aux organismes communautaires. L'organisation est aussi un partenaire important au cœur de l'offre de service du Centre périnatal, particulièrement pour l'offre de cours en bassin aquatique, qui se déroule au Complexe sportif Desjardins. Le Centre périnatal collabore également avec la Ville de Rimouski sur des comités en lien avec le thème de la famille.



Depuis plusieurs années, un effort est déployé afin de collaborer avec les **entreprises et organisations de la région** qui désirent soutenir le Centre périnatal Entre Deux Vagues. Celles-ci s'impliquent dans la vie du Centre et permettent ainsi de réaliser sa mission.



ÉTAT DES RÉSULTATS AU 31 MARS 2022

(AVANT AUDIT EXTERNE)

	RÉEL (2021-22)	BUDGET (2021-22)
REVENUS D'ACTIVITÉS	47 125 \$	45 648 \$
AUTRES REVENUS	391 486 \$	328 399 \$
TOTAL DES REVENUS	438 612 \$	374 047 \$
SALAIRES ET CHARGES SOCIALES	205 023 \$	207 277 \$
FORMATION ET ASSURANCES PROF.	3 888 \$	5 315 \$
LOYER/ASSURANCES/ TAXES ET ENTRETIEN	46 938 \$	51 145 \$
LOCATION DE PISCINE	6 020 \$	9 102 \$
FRAIS D'EXPLOITATION	75 351 \$	68 329 \$
TOTAL DES DÉPENSES	337 220 \$	341 168 \$
EXCÉDANT DES REVENUS SUR LES DÉPENSES	101 392 \$	32 879 \$



MERCI...

**à la clientèle
aux partenaires
aux membres du CA
aux employées**

UNE GRANDE FAMILLE!



**125, BOUL. RENÉ-LEPAGE, BUREAU 312
RIMOUSKI (QUÉBEC) G5L 1N9**

TÉLÉPHONE : 418 723-3944

INFO@ENTREDEUXVAGUES.COM

WWW.ENTREDEUXVAGUES.COM