



## **130<sup>e</sup> RAPPORT ANNUEL**

**2009 – 2010**

### **MISSION**

Promouvoir la santé dans la communauté,  
particulièrement auprès de femmes enceintes  
dont le bébé est en danger  
en raison d'un faible niveau socio-économique



# TABLE DES MATIÈRES

	Page
Membres de la corporation – Comité scientifique consultatif - Personnel	1
Mot de la présidente et de la directrice générale	2
Services aux mamans et à leurs bébés	4
Autres activités	7
Nos bénévoles	11
Nos partenaires	12
Profil de la clientèle	13
Statistiques sur les services – 1 <sup>er</sup> avril 2009 au 31 mars 2010	14
<i>In Memoriam</i>	16



## Membres de la corporation

### CONSEIL D'ADMINISTRATION 2009-2010

#### Comité exécutif

M<sup>me</sup> Simone Saint-Germain-Roy — Présidente

M<sup>me</sup> Dominique Lapiere — Vice-présidente

M<sup>me</sup> Mireille Dallaire — Trésorière

M<sup>me</sup> Nicole Laferrière — Secrétaire

#### Autres administrateur et administratrices

M<sup>me</sup> Christine Baudouin

M<sup>me</sup> Émélie Brunet

M<sup>me</sup> Hélène Côté-Sharp

M<sup>me</sup> Hélène Laurendeau

M<sup>me</sup> Paule Ouimet-Scott

D<sup>r</sup> Claude Paré (président 2001-2006)

M<sup>me</sup> Sara Paré

M<sup>me</sup> Christina M. Smith

#### Autres membres de la corporation

M<sup>me</sup> S. Aitken

M<sup>me</sup> E. Alvarez

M<sup>me</sup> R. Arsenault

M<sup>me</sup> B. Auclair

M<sup>me</sup> D. B.-French

M. F. Charette

M<sup>me</sup> F. Charron

M<sup>me</sup> L. Chevalier

M<sup>me</sup> E. Curran

M. G. Cyr

M<sup>me</sup> L. Dandurand

M. J.-M. Demers

M<sup>me</sup> L. Desaulniers

M<sup>me</sup> J. DesGroseilliers

M<sup>me</sup> L. D.-Joubert

M<sup>me</sup> L. Douville

M<sup>me</sup> E.A. Dubé

M<sup>me</sup> B. Dupré

M<sup>me</sup> G. Fortin

M<sup>me</sup> J. Foster

M. R. C.-Gauthier

M<sup>me</sup> M.E. Glenn

M<sup>me</sup> S. Goldbloom

M<sup>me</sup> D. Guttmann

M<sup>me</sup> E. Jarry

M<sup>me</sup> S. Jobin

M<sup>me</sup> A. Kardos

M<sup>me</sup> M. Labelle

M<sup>me</sup> F. Laflèche

M<sup>me</sup> L. L.-Lagacé

M<sup>me</sup> L. Laviolette

M<sup>me</sup> A. Lecoq

M<sup>me</sup> C. L.-Jude

M<sup>me</sup> P.A. Leus

M<sup>me</sup> A. Ligot

M<sup>me</sup> C. L.-Lortie

D<sup>r</sup> A.C. Macaulay

M<sup>me</sup> C. Maestracci

M<sup>me</sup> M. Malewski

M. C. Marchand

M<sup>me</sup> M.O. Matheson

M<sup>me</sup> D.G. McDougall

M. J. Morin

M<sup>me</sup> S. Murphy

M. D.-M. Paré

M<sup>me</sup> G. Pépin

M<sup>me</sup> M. Pike

M<sup>me</sup> M. Poulin

M<sup>me</sup> F. Raimondi

M<sup>me</sup> L. R.-Dandonneau

M<sup>me</sup> H. Rutledge

M<sup>me</sup> J. Sentenne

M<sup>me</sup> E.D.W. Smith

M<sup>me</sup> J.C. Smyth

M<sup>me</sup> A. Soden

M<sup>me</sup> J. Staniforth-Clark

M<sup>me</sup> E. Stewart

M<sup>me</sup> L. Teryazos

M<sup>me</sup> K. Vaughn

M<sup>me</sup> L.C. Webster

M<sup>me</sup> D. Werleman

M<sup>me</sup> E. Whitton

M<sup>me</sup> R. Wilson

M<sup>me</sup> N. Wright

## Personnel

### Directrice générale

Marie-Paule Duquette

### Diététistes (counseling)

Véronique Binek

Annie Brodeur

Lise Comtois

Jackie Demers <sup>1</sup>

Magda Fahmy <sup>1</sup>

Stephanie Jamain <sup>2</sup>

Suzanne Lepage

Émilie Masson <sup>1,3</sup>

Emmy Maten <sup>4</sup>

Karen Medeiros <sup>3</sup>

Véronique Ménard

Evangelie Mosconas <sup>2</sup>

France Proulx-Alonzo

Dina Salonina

Jaimie Yue

### Diététistes (recherche)

Théa Demmers <sup>3</sup>

Amélie Lacroix <sup>5</sup>

### Éducatrice (périnatalité)

Selma Buckett <sup>3,4</sup>

### Éducatrice (garderie)

Rosy Buonocore

### Réceptionniste

Gisèle Lalande

### Informaticienne

Phuong Lan Pham

### Commis de bureau

Judy Silva <sup>3</sup>

### Adjointe - Affaires professionnelles

Janine D. Choquette

### Adjointe

#### administrative

Nathalie Choquette

## Comité scientifique consultatif

D<sup>r</sup> S. Dubois

D<sup>r</sup> J. E. Brown

D<sup>r</sup> R.A.H. Kinch

M<sup>me</sup> L. L.-Lagacé

D<sup>r</sup> A.C. Macaulay

D<sup>r</sup> J.M. Moutquin

D<sup>r</sup> A. Papageorgiou

D<sup>r</sup> P.B. Pencharz

D<sup>r</sup> S.M. Weber

1. congé de maternité
2. démission
3. temps partiel
4. consultante en lactation diplômée IBLCE
5. contractuelle

## Message de la présidente et de la directrice générale

Une autre année bien remplie s'est écoulée depuis la dernière assemblée générale. En lisant ce rapport, vous constaterez encore une fois l'ampleur de ce que l'équipe du Dispensaire diététique de Montréal (DDM), pas si nombreuse pourtant, réussit à accomplir.

Jusqu'en janvier dernier, Marie-Paule Duquette était « officiellement en congé-maladie ». Toutefois, son engagement de même que celui des membres du personnel qui n'ont pas hésité à mettre les bouchées doubles ont permis au DDM de continuer à offrir les mêmes services de qualité à nos mamans et de poursuivre les études et enquêtes qui font sa renommée, le tout administré de façon remarquable.

### **Le soutien financier à nos services aux mamans et à leurs bébés**

Notre entente de trois ans avec Centraide prenait fin cette année. Nous sommes heureuses de vous annoncer que cette subvention, qui représente environ le tiers de nos besoins, est renouvelée pour trois autres années. Bien que le montant en demeure stable alors que les dépenses augmentent, il nous serait très difficile, sinon impossible, d'offrir les mêmes services sans cette précieuse contribution. Nos sincères remerciements à Centraide pour la poursuite de son appui à l'œuvre du DDM.

Notre reconnaissance s'adresse aussi aux gouvernements provincial, fédéral et municipal dont les subventions combinées représentent, grosso modo, un autre tiers de nos besoins.

Débuté en octobre 2008, le projet « Développement extra muros du DDM » subventionné par la Fondation Lucie et André Chagnon (FLAC) a subi des modifications au cours de l'année, mais son grand objectif demeure celui de permettre à un plus grand nombre de familles défavorisées de profiter de l'expertise unique du Dispensaire.

Pour combler le reste de nos besoins, nous bénéficions du soutien d'autres fondations et de donateurs individuels qui, heureusement, répondent toujours à l'appel. Cette année, notre campagne de financement, le parrainage et les dons ces fondations ont rapporté 141 320 \$, soit 5 217 \$ de plus que l'an dernier. Un grand merci à tous ceux et celles qui donnent généreusement, au comité de la campagne de financement et à nos dévoués solliciteuses et solliciteurs qui n'hésitent pas à convaincre parents et amis de délier leur bourse pour permettre au DDM de poursuivre son importante mission.

Le comité des événements spéciaux a aussi contribué à nos efforts de financement. De nouveau cette année, la collaboration de Mariouche Gagné de la Maison Harricana nous a été acquise pour la tenue, le 2 décembre dernier, du Marché de Noël qui a rapporté 7 571 \$. Grand merci à Madame Christine Maestracci, principale organisatrice de la soirée, et à tous ceux et celles qui ont mis la main à la pâte pour assurer le succès de cette soirée.

### **Les projets spéciaux**

Comme mentionné l'an dernier, le gouvernement du Québec et du Canada, en plus de contribuer aux services à la clientèle, nous octroient ponctuellement des fonds pour des projets spéciaux où l'expertise du Dispensaire est pertinente. Il en est ainsi du projet du « Coût du panier à provisions dans trois régions du Québec » subventionné par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) qui s'est poursuivi toute l'année. L'Agence de la santé publique du Canada (ASPC), en plus de sa contribution dans le cadre du Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP), nous offre l'opportunité de devenir « La référence québécoise en matière de nutrition prénatale » pour les organismes non gouvernementaux œuvrant en périnatalité. Ainsi, au cours des deux prochaines années, le DDM développera en ligne un outil accessible aux organismes ciblés. L'ASPC nous a également octroyé, depuis le début de mars 2010, des fonds de sa « Stratégie pour la prévention du diabète » pour la tenue du projet « La prévention précoce du diabète et l'allaitement maternel ».

### **Les activités réglementaires**

Vous vous rappelez peut-être que, l'an dernier, vous avez adopté la version française des règlements de la corporation du DDM. Nous en avons maintenant la version anglaise grâce à la générosité et la gentillesse de Madame Hélène Lalonde-Martin, avocate à la retraite, qui a accepté de faire gratuitement ce travail exigeant. Et, comme c'est souvent le cas lorsqu'on traduit un texte, elle a relevé des coquilles et petites erreurs dans la version française, ce qui explique pourquoi vous serez invités à adopter les règlements généraux dans les deux langues un peu plus tard au cours de cette assemblée. Nous adressons nos sincères remerciements à Madame Lalonde-Martin pour tout le temps qu'elle a accordé à ce travail si important.

Nous avons le regret de vous annoncer le départ de deux membres de longue date du conseil d'administration. Membre de la corporation du DDM depuis l'an 2000, Docteur Claude Paré a présidé le conseil de 2001 à 2006. Pédiatre reconnu, il a apporté au DDM son expertise dans le soin des enfants, son sens de la justice et une étroite collaboration avec la directrice générale. Comme président des réunions, il agissait avec une délicatesse nuancée de fermeté lorsque nécessaire et une touche d'humour de bon aloi. Son engagement, maintenu au cours des quatre dernières années, a constitué un soutien inestimable pour la nouvelle présidente engagée envers le DDM depuis 2004 seulement. De son côté, Madame Hélène Côté-Sharp siégeait également au conseil d'administration depuis 2000. Membre active, elle n'a jamais hésité à se porter volontaire pour siéger à divers comités, le plus récent étant le comité de la campagne de financement pour lequel elle se propose de poursuivre l'excellent travail déjà accompli. Son expérience en tant que travailleuse sociale et sa grande sagesse ont toujours apporté un précieux éclairage à nos échanges. Avec son ton calme et souriant, elle n'éprouvait aucune peine à nous convaincre du bien-fondé de sa vision des choses. Docteur Paré et Madame Côté-Sharp nous manqueront beaucoup. Nous les remercions de nous avoir généreusement offert leur expertise, leur temps et leur énergie pendant plus de 10 ans.

Par ailleurs, nous avons la chance d'accueillir quatre nouveaux membres au sein de la corporation du Dispensaire. Il s'agit de Mesdames Enriqueta Alvarez, Eileen Curran, Julie DesGroseilliers et Élisabeth Jarry. Nous leur souhaitons la bienvenue et les remercions d'avance de leur précieuse contribution à l'œuvre du DDM.

### **Remerciements**

Le DDM a connu une très belle année 2009-2010 grâce à l'engagement de tous les membres de l'équipe, conseil d'administration, personnel et bénévoles de même qu'à l'encouragement de nos amis et bienfaiteurs. Un merci particulier à tout le personnel. Grâce à votre disponibilité, votre dévouement sans borne et votre générosité, vous avez fait en sorte que le DDM continue d'être reconnu comme un « Phare dans la cité ». Vous êtes le fondement même du succès de notre organisme.

Grand merci à vous toutes et tous !

La présidente,

La directrice générale,



Simone Saint-Germain-Roy

Marie-Paule Duquette

Le 15 juin 2010

## Services aux mamans et à leurs bébés

La mission première du Dispensaire est d'aider les femmes enceintes qui vivent dans la pauvreté<sup>1</sup> à donner naissance à des bébés en santé. Pour nous, cela signifie donner naissance à des bébés qui ne soient ni de faible poids (moins de 2,5 kg ou 5½ livres) ni prématurés (moins de 37 semaines de gestation) et ce, malgré toutes les difficultés imposées à ces femmes par la précarité de leur situation financière, voire sociale.

Les conséquences de la pauvreté peuvent affecter nos clientes de différentes façons.

- D'abord, parce qu'elles peinent à répondre à leurs besoins essentiels – et quand l'argent manque, il est de notoriété que la partie du budget familial consacrée à l'alimentation est la première à écoper<sup>2</sup>.

Or, une alimentation adéquate est essentielle au développement du bébé à naître.

- Ensuite, comme le rapporte Centraide dans son plan stratégique 2010-2015<sup>3</sup>, nos clientes risquent de se retrouver isolées, exclues socialement faute de réseaux et de ressources pour accéder à certains services ou activités. Ceci est d'autant plus vrai lorsque la pauvreté est dite persistante comme cela est le cas pour 24,4% des personnes qui, au Canada, sont toujours en situation de faible revenu après cinq ans. Font partie de ce groupe les familles monoparentales (20 % de la clientèle du DDM) et les nouveaux immigrants i.e. ceux qui sont établis au Canada depuis 10 ans ou moins (environ 75 % de la clientèle du DDM). La situation des immigrants est préoccupante d'autant qu'ils ont plus d'enfants que les autres familles canadiennes.

Or, pour que le bébé soit accueilli dans les meilleures conditions possibles, il est impératif de sortir sa maman de l'isolement et de lui offrir les apprentissages et le réseau d'entraide dont elle a un besoin crucial.

- Enfin, Centraide constate que la pauvreté persistante peut avoir des effets inter-générationnels et « entraîner un cumul de vulnérabilités économiques, sociales et de santé »<sup>4</sup>.

Or, le Dispensaire est très sensible à cette dimension « transmissible » de la pauvreté et est convaincu qu'il faille briser son cycle là où il commence : dans le giron maternel.

Par son approche globale, le Dispensaire aide la future maman à mettre en place les conditions favorables au développement optimal et au bien-être de son enfant à venir.

### Counseling nutritionnel

C'est ici que bat le cœur névralgique du DDM au rythme régulier et constant de l'approche unique de counseling nutritionnel qu'est la « méthode Higgins »<sup>©</sup>.

Mise en application par nos diététistes en counseling du DDM, cette méthode éprouvée consiste en l'art d'établir une relation de confiance avec la future maman tout en la sensibilisant à l'importance du lien direct qui existe entre son alimentation et le développement optimal de son bébé.

<sup>1</sup> Les clientes du DDM sont en grande pauvreté, i.e. que leur revenu familial ne représente que 50 % du seuil de faible revenu (SFR) tel que défini par Revenu Canada (voir définition du SFR sur [www.statcan.gc.ca/daily-quotidien/090603/dq090603a-fra.htm](http://www.statcan.gc.ca/daily-quotidien/090603/dq090603a-fra.htm))

<sup>2</sup> Les ménages ayant un revenu annuel de 22 000 \$ ou moins consacrent seulement 21 % de leur budget à l'alimentation (Institut de la statistique du Québec, 2003) alors que le DDM estime que cette proportion devrait être de 34 % (Budget de confort minimum, 2007).

<sup>3</sup> Centraide du Grand Montréal, « La stratégie 2010-2015 de Centraide du Grand Montréal », mars 2010, p.7

<sup>4</sup> Centraide du Grand Montréal, op.cit., p.7

Au cours de leurs 9,0 rencontres, dont 5,8 pendant la grossesse, la diététiste aura favorisé l'attachement mère-enfant tout en transmettant à la mère des conseils nutritionnels adaptés à sa culture et à ses habitudes alimentaires. Ces conseils, s'ils ont pour objectif immédiat le bon développement du bébé, lui seront utiles tant pour sa propre santé que pour celle de sa famille.

Pour combler les besoins alimentaires de sa cliente, la diététiste évaluera son niveau de risque et sa situation financière. Le plus souvent, elle lui fournira, pour chaque jour, un comprimé de vitamines et minéraux et un supplément alimentaire à raison de 1 litre de lait, 1 œuf et 1 cuillère à table de graine de lin moulue. À ceci peuvent s'ajouter du dépannage alimentaire fourni par Moisson Montréal (environ 500 familles sont ainsi aidées chaque mois) ou le don de bons d'achat à échanger dans la plupart des supermarchés.

## Activités de groupe

Le Dispensaire a élaboré toute une série d'ateliers et d'activités dont le but est de développer les habiletés parentales de ses clientes. Elles sont aussi prétextes à rencontres entre ces femmes qui partagent des préoccupations communes.

On retrouve trois grandes familles d'ateliers ou d'activités.

**Les ateliers sur l'alimentation** : offerts par nos diététistes, ces ateliers apportent une information complémentaire sur l'alimentation du bébé, de la femme et de la famille. On y déploie mille et une astuces pour aider les clientes du DDM à tirer le meilleur parti de leur mince budget disponible pour l'alimentation. On y retrouve par exemple des ateliers intitulés « Cuisine santé à petit prix » ou « Préparation des purées maison pour bébé », ces dernières ayant l'avantage d'être plus économiques et plus « santé » que les purées commerciales tout en habituant l'enfant aux saveurs familiales.

**Les ateliers entourant la venue de l'enfant** : offerts par une consultante en lactation certifiée et éducatrice en périnatalité, souvent secondée par notre éducatrice en garderie, ces ateliers couvrent différents sujets : préparation à l'accouchement, les avantages et les techniques de l'allaitement (voir l'encadré), les premiers soins du bébé, massage et jeux de stimulation du bébé, etc.

**Soutien continu à l'allaitement** : le Dispensaire encourage fortement les femmes à allaiter, tant pour la santé du bébé que pour maintenir la qualité du lien avec sa mère, mais également parce qu'il s'agit de la façon la plus économique et la plus pratique de nourrir un enfant.

**Après la naissance du bébé**, la maman qui a des difficultés avec l'allaitement peut faire appel à nos deux consultantes en lactation certifiées (une de nos diététistes l'est aussi) ou à notre éducatrice en garderie, soit au téléphone, soit à la clinique du mardi après-midi. Au besoin, elle recevra une visite à domicile.

**Les activités sociales** : organisées par notre éducatrice en garderie, ces activités ont pour rôle de sortir les clientes de leur isolement. La plus populaire de ces activités est sans conteste l'atelier de tricot du mercredi après-midi. Les vendredis sont principalement consacrés aux sorties à l'extérieur, faisant découvrir ou redécouvrir à nos mamans les attraits de Montréal dans les parcs, festivals, musées, etc. De plus, des activités du vendredi ont aussi lieu au DDM : l'heure des contes, cuisines collectives et journées spéciales (la fête des mères, Noël, etc.).

Pour faciliter la participation à ces ateliers et activités, le Dispensaire remet des billets de transport en commun à la majorité de ses clientes.

En tout, on comptabilise 4 525 présences pour les 343 activités et ateliers organisés au cours de l'année 2009-2010.

## Services connexes

Véritable ruche d'abeilles, le Dispensaire met à la disposition de ses clientes différents services en complément ou soutien au counseling nutritionnel ou aux activités de groupe.

- La **halte-garderie** accueille les enfants des mamans qui participent aux différents ateliers, permettant à celles-ci d'apprécier pleinement l'information qui leur est communiquée.
- Le **vestiaire** de vêtements et d'articles de bébé d'occasion et la vente à prix minime de **porte-bébé** (voir encadré) et de **coussins d'allaitement** sont autant d'à-côtés qui facilitent la vie des mamans du DDM.
- Le « **programme bénévole des impôts** », dont l'organisation est faite en collaboration avec Revenu Canada et Revenu Québec, a permis au DDM de produire 612 déclarations pour plus de 300 personnes cette année.
- Nos traditionnels « **paniers de Noël** » : 87 familles ont reçu un panier de Noël confectionné par des individus, des familles ou des groupes – école, employés d'entreprise – ou par le Dispensaire. De plus, des centaines d'autres sont reparties avec des victuailles et des jouets lors de leur dernière visite de l'année avec leur diététiste et 160 de nos clientes ont reçu un chèque du Fonds de Noël de The Gazette.
- Finalement, grâce à des dons de particuliers, d'églises ou d'organismes, le Dispensaire peut, à l'occasion, satisfaire d'urgentes demandes en électroménagers ou en meubles pour bébés ou pour grands.

Cette année, le Dispensaire a établi un partenariat avec l'entreprise d'insertion sociale **Les Petites Mains** qui forme des femmes au métier de couturière industrielle dans un atelier situé sur le boulevard Saint-Laurent. Grâce à ce partenariat, il nous est maintenant possible d'offrir à nos clientes des porte-bébé faits au Québec au prix coûtant.

## Pour de fiers résultats !

Pour lutter contre les conséquences négatives de la pauvreté sur la santé des nouveau-nés, le DDM peut compter sur des alliées de taille : ses clientes ! Ces femmes enceintes et nouvelles mamans n'hésitent pas, beau temps mauvais temps, à traverser la ville pour venir rencontrer leur diététiste ou participer à un atelier.

Ensemble, nous pouvons être fiers des résultats : en 2009-2010, 1 258 naissances ont été enregistrées à un poids moyen de 3 428 grammes, ce qui se traduit par un taux de bébés de faible poids à la naissance de 4,0 % et un taux de prématurité de 5,0 %. Pour fins de comparaison, ces taux à Montréal en 2007 étaient 5,8 % et 7,1 % respectivement, tous statuts économiques confondus.<sup>1</sup>

Autre sujet de fierté : 96 % de nos mamans ont initié l'allaitement et 70 % allaitent toujours après six mois.

D'autre part, nous savons que la grande majorité des mamans qui ont suivi les activités de groupe ne servent que des purées maison à leur bébé, préparent des mets qu'elles ont cuisinés au DDM. Elles disent se servir des astuces apprises en atelier pour tirer le maximum de santé de leur budget limité.

Il suffit de 680 \$ (services professionnels et suppléments) au Dispensaire pour aider une femme dans le besoin à donner à son bébé un départ en santé dans la vie. C'est bien peu quand on sait qu'il en coûte des millions de dollars à la collectivité pour subvenir aux besoins d'enfants nés trop petits. Sans compter la douleur et le stress de parents qui ont à s'occuper d'un enfant malingre.

Mais ce qui rendra toujours le personnel du DDM le plus fier, c'est de voir le sourire d'une maman qui vient lui présenter son beau bébé en santé.

<sup>1</sup> Institut de la statistique du Québec.

## Autres activités

Les services aux mamans et à leurs bébés sont au cœur des activités qui se déroulent dans cette maison. Toutefois, bien des actions connexes y sont associées, que ce soit en recherche et évaluation, en formation ou en communication.

### Recherche et évaluation

Nos activités régulières en recherche et évaluation ont lieu à différents rythmes. Ainsi :

- la cueillette des données pour établir les résultats de nos services en counseling nutritionnel (ouverture et fermeture des dossiers des clientes) et des activités de groupe (relevé des présences) se fait plus ou moins au jour le jour, tout au long de l'année;
- pour nos publications sur le budget, le relevé du prix des aliments est réalisé en janvier, mai et septembre, et celui des autres biens et services en juin;
- le décompte des aliments de dépannage fournis à nos familles durant un mois chaque année. Cette information est fournie à Moisson Montréal pour son dossier « La faim en chiffres »;
- l'enquête téléphonique auprès des participantes aux activités de groupe, également réalisée une fois par année, alimente les rapports des activités de sécurité alimentaire que nous présentons au CSSS de la Montagne et à la Ville de Montréal.

### Développement extra muros du DDM

Le projet financé par la FLAC, grâce auquel nous avons pu donner des services à des clientes de L'Envol à Longueuil et du Centre Premier Berceau, a été modifié au cours de l'année. Recentré sur nos besoins intra muros depuis janvier, ce projet modifié a comporté, en plus du développement d'outils d'évaluation, l'ajout d'une seconde session de formation de diététistes recrues et l'intensification de nos activités de communication à l'interne. L'objectif principal du projet demeure de rendre l'approche du DDM accessible à un plus grand nombre de femmes enceintes vulnérables.

### Sécurité alimentaire

Notre panier à provisions nutritif (PPN) est un outil d'intérêt pour les individus et instances intéressés par la problématique de la sécurité alimentaire.

Comme prévu, l'étude subventionnée par le MSSS sur le coût PPN dans trois régions socio-sanitaires s'est poursuivie tout au long de l'année. Le relevé des prix a été fait dans la semaine du 5 au 9 octobre dans 140 magasins des trois régions désignées : Capitale-Nationale, Mauricie-Centre-du-Québec et Côte-Nord. Cinquante-sept (57) enquêteurs formés par notre équipe ont effectué ce relevé, la plupart du temps en équipe de deux par magasin. L'entrée des données a été menée rondement et l'analyse des résultats, réalisée avec le soutien de la statisticienne Marie-Claude Guertin du Centre de coordination de l'Institut de cardiologie de Montréal, est en cours. Une présentation des résultats de l'étude est prévue en septembre auprès des membres du comité consultatif du projet (représentants du MSSS et de la DSP de chacune des régions) et leurs invités.

Notre collaboration avec la DSP de Montréal s'est poursuivie cette année avec l'élaboration de : 1) quatre semaines de menus et recettes, pour une famille-type de quatre personnes, à partir des aliments de base du PPN, et 2) un guide d'évaluation des pratiques d'achat d'aliments des ménages sur la base d'équivalences avec les aliments du PPN. Ce dernier outil sera testé dans les prochains mois auprès de familles vulnérables, clientes du DDM et d'autres organismes.

### Prévention du diabète

Au cours de l'été 2009, l'ASPC lançait un appel de projets dans le cadre de la Stratégie canadienne sur le diabète. Le projet que nous avons élaboré et soumis est un des six projets retenus par l'ASPC. Il vise la prévention précoce du diabète chez des femmes à risque de le développer au moyen de la modification de certaines habitudes de vie et, en particulier, la pratique de l'allaitement maternel durant au moins quatre mois.

## Formation

Le DDM continue de partager son expertise avec d'autres, que ce soit à l'interne avec de futurs professionnels ou des professionnels actifs, ou à l'externe lors d'activités où nos professionnelles prennent la parole ou participent.

### À l'intention de futurs professionnels

De nouveau cette année, le cours « Problématique de la femme enceinte en milieu défavorisé : approche du DDM » a été dispensé aux étudiantes du Département de nutrition de l'Université de Montréal par la diététiste Jackie Demers.

De plus, le Dispensaire a ouvert ses portes comme milieu de stage dans les disciplines suivantes :

- diététique : deux étudiantes de l'Université McGill pour leur stage de six semaines en nutrition communautaire;
- pédiatrie ou médecine familiale : 15 résidents qui, chacun durant une journée bien remplie, ont pu prendre connaissance de nos divers services;
- éducation spécialisée : deux étudiantes pour leur stage de 15 semaines, trois jours par semaine et trois autres pour un travail pratique d'animation auprès des mamans.

### À l'intention de professionnels actifs

En vue d'en arriver à desservir un plus grand nombre de femmes enceintes vulnérables, les modifications apportées au projet « Développement extra muros du DDM » ont amené la nécessité de conduire deux sessions de formation à l'interne, de février à juin en 2009 et de mars à juillet en 2010. Cinq diététistes recrues ont ainsi bénéficié de la précieuse expérience de nos professionnelles seniors.

La formation d'une diététiste à l'approche globale du DDM comporte deux volets. La formation à la « méthode Higgins »<sup>©</sup> procède initialement par la tenue de séminaires sur les divers aspects de la périnatalité, jeux de rôle et observation d'entrevues menées par une diététiste senior. Cette phase initiale est suivie de quatre à cinq mois au cours desquels la recrue est jumelée à une senior qui, au moyen de l'observation et de la conduite d'entrevues sous supervision, amène la recrue à progressivement affiner son application des différents aspects de ce counseling nutritionnel unique. Cette formation en cours d'emploi est particulièrement exigeante pour nos formatrices qui s'y consacrent en continuant d'accorder leur pleine attention à leurs propres clientes.

Concurremment à sa formation à l'application de la « méthode Higgins »<sup>©</sup>, la recrue est aussi appelée à prendre connaissance du contenu de nos activités de groupe, à en observer l'animation par ses collègues puis à les réaliser elle-même sous supervision d'abord, puis de façon autonome.

### Formation continue de notre personnel

À chaque quinzaine, nos professionnelles ont une rencontre d'échange au sujet d'informations nouvelles ou pertinentes. De plus cette année, deux rencontres avec des spécialistes en relation d'aide ont réuni l'équipe pour des discussions de cas à risque. Enfin, nos professionnelles ont participé à une quinzaine d'activités de formation continue sur divers sujets associés à leur travail.

## Communication

Le DDM est devenu une source d'information reconnue sur les sujets de nutrition associés à ses domaines d'expertise, i.e. la nutrition périnatale et une alimentation équilibrée à faible coût. Nous répondons à environ 20 à 30 demandes d'informations par mois en provenance de professionnels de la santé, d'étudiants et de personnes du public.

### Dans les médias

Le 21 juillet 2009, les Diététistes du Canada publiaient un rapport décrivant le rôle fondamental des diététistes au sein d'équipes multidisciplinaires contribuant à promouvoir et favoriser la santé. Dans ce rapport, le DDM est donné comme exemple d'un programme où le dépistage et les services de consultation en diététique personnalisée offerts par des diététistes, de pair avec des suppléments alimentaires nutritifs, permet de réduire les incidences de faible poids à la naissance et de naissances prématurées.

Le 26 novembre 2009, l'Ordre professionnel des diététistes du Québec (OPDQ) décernait à notre directrice générale, Marie-Paule Duquette, le prestigieux prix Excellence en carrière Suzanne-Simard-Mavrikakis. L'événement a été couvert dans la revue Contact et le site Web de l'OPDQ et, avec fierté, sur notre propre site Web.

Au début de l'année 2010, le rapport synthèse de huit groupes de discussion tenus auprès de parents bénéficiaires de l'aide sociale ou faibles salariés a été diffusé sous le titre « Pratiques et perceptions liées à l'alimentation : ce que nous apprennent les personnes à faible revenu ». Cette réalisation conjointe avec la DSP de Montréal a fait l'objet de commentaires intéressants dans Le Devoir et deux sites Web : PasseportSanté et l'Infolettre du Bureau de soutien à la communication en santé publique.

Sur le site Internet du *Photo Art Book 360°*, on peut voir à la page 263 une magnifique photo de femmes enceintes et, dans la section vidéo, une brève entrevue de Marie-Paule Duquette. Le *Photo Art Book 360°* est un ambitieux projet où une partie des commandites est remise à des organismes de charité à travers le monde. La page 263 résulte d'une commandite que Mesdames Tania Trudel et Sophie Babeux de la firme ImaBulle inc. ont attribuée au DDM. En collaboration avec l'OPDQ, le DDM a préparé un court texte sur l'importance de la nutrition dans le livret « Grossesse – Passeport vers la vie » produit et lancé par ImaBulle inc. le 31 mars 2010.

Notre guide « Bien manger à petit prix » a fait l'objet d'un article dans le numéro de mars de la revue Protégez-vous. Le même sujet a été couvert dans le cahier L'épicerie du magazine La Semaine pour un article auquel nous avons collaboré.

La firme Phi-effect a interviewé une cliente hispanophone du DDM en vue de présenter les services pour les femmes enceintes sur la chaîne de télévision multiculturelle.

#### **Conférences, représentations, etc.**

Le DDM a été invité à prendre la parole en 2009-2010 :

- le 26 mai 2009, le DDM était représenté par Thea Demmers à un mini colloque tenu par le Comité d'action en sécurité alimentaire de Laval;
- des diététistes ont présenté le travail du DDM auprès des employés de 19 entreprises dans le cadre de la campagne de Centraide;
- le 11 février 2010, lors d'une conférence-midi tenue à la DSP de Montréal au sujet du rapport synthèse mentionné plus haut, Émilie Masson a présenté un résumé des échanges tenus lors des groupes de discussion;
- des conférences ont été prononcées auprès des membres de trois organismes communautaires ou groupes de parents.

Dans le cadre du 10<sup>e</sup> anniversaire de son programme « Nourrir un enfant », L'Œuvre Léger a procédé au tournage de diverses activités du DDM. Ce vidéo a été présenté lors d'un dîner-bénéfice tenu le 21 octobre 2009.

Au début de 2010, l'OPDQ tenait les premiers États généraux sur la nutrition humaine et l'alimentation auxquels le DDM a participé activement : réponse au questionnaire préliminaire et présence lors de la journée d'échanges du 22 février.

Le DDM a poursuivi sa collaboration avec les Diététistes du Canada. Marie-Paule Duquette est membre du comité sur la sécurité alimentaire. La diététiste Karen Medeiros a participé à la révision des Lignes directrices sur la grossesse à l'intention des professionnels de la santé - Poids maternel et gain de poids durant la grossesse.

#### **Intra muros**

Deux mises à jour de notre site Web ont été effectuées au cours de l'année. En plus de l'insertion de nouvelles, la liste de nos publications est maintenant plus en évidence. Le « Coût du panier à provisions nutritif » est disponible sans frais et les internautes peuvent prendre connaissance de nos activités à la lecture de notre rapport annuel. Par ailleurs, dans le projet soumis à l'ASPC dans le but de rendre notre expertise accessible aux organismes non gouvernementaux du Québec qui oeuvrent en périnatalité, notre site Web

est l'outil mis à contribution. Les démarches préliminaires en vue de la réalisation de ce projet qui intensifiera le volet provincial de nos activités est en cours.

À la faveur du recentrage de nos activités vers nos besoins à l'interne, nous avons entrepris la révision de nos outils de communication, qu'il s'agisse de présentations PowerPoint ou de feuillets d'informations utilisés dans nos activités de groupe auprès des mamans ou de documents promotionnels du DDM.

Chaque année, le Dispensaire accueille des individus et des groupes de personnes soit pour une collaboration ponctuelle, soit dans le cadre du suivi de subventions dont bénéficie le DDM, soit simplement pour se familiariser avec notre organisme. Voici quelques exemples de la vingtaine d'occasions où nous avons ouvert notre porte en 2009-2010.

- Le 28 octobre, des représentantes de la Direction des communications du MSSS sont venues rencontrer des clientes dans le but de pré-tester un dépliant sur la violence conjugale envers les femmes enceintes.
- Le 8 février, deux représentantes du site Web « Maman pour la vie » sont venues proposer au Dispensaire une collaboration qui prendra effectivement forme dans les mois à venir.
- Le 24 février, les chargées de périnatalité de la communauté innue de Pessamit ont passé une journée en compagnie de la directrice générale afin de connaître l'approche du DDM.
- Le 2 mars, trois étudiantes du *Lower Canada College* ont passé plusieurs heures à monter une bande vidéo pour faire connaître aux étudiants de leur classe la nature de leur travail bénévole au DDM.
- Le 11 mars, M. Hubert Villeneuve, collaborateur de l'historienne Yolande Cohen, est venu relever des données au sujet de M<sup>me</sup> Nan Garvock, directrice du DDM de 1924 à 1958, en vue d'un recueil en préparation sur le réseau philanthropique à Montréal. En mai 2008, M<sup>me</sup> Cohen a publié, dans les pages de la revue « Histoire sociale » un article intitulé « De la nutrition des pauvres malades : l'histoire du Montreal Diet Dispensary de 1910 à 1940 ».

## Nos bénévoles

Tous les jours, des bénévoles donnent de leur temps au DDM. Cette année, nous avons pu compter sur 186 personnes qui, de façon régulière ou ponctuelle, nous ont fait bénéficier de leurs talents environ 12 800 heures consacrées à différentes tâches inhérentes au bon fonctionnement de notre organisme. De plus, une centaine de bénévoles oeuvrent pour le DDM à l'extérieur de ses murs. Voici quelques exemples parmi tant d'autres.

### Soutien administratif

*Réception, entrée de données sur ordinateur, classement de dossiers, etc.*

- Quelque 43 étudiants, du primaire à l'universitaire dont trois étudiantes en médecine de McGill, via le *Community Health Alliance Program (CHAP)*.
- KPMG à l'œuvre : cinq employés libérés une journée pour notre « opération ménage ».
- Des ex-clientes, des travailleurs et des retraités comme : Gail Ewan, Nadia Grin, Wang Yan, Jayasudha Senthilkumar, Chang Yi-Hsuan et plusieurs autres.

### Soutien au counseling

*Mouture de la graine de lin, tri des aliments, comptage des vitamines, tricots, etc.*

- Michael Rowland, de la Maison Les Étapes : tri des aliments.
- Kitt Bond : organisation du dépôt de vêtements de maternité.
- Ann Purtill : comptage régulier de vitamines.
- M<sup>mes</sup> Dugas, Deslauriers, Guilbault, et Saint Louis et autres dames aux doigts agiles qui cousent, tricotent.
- Six étudiants de la Faculté de médecine dentaire de l'Université de Montréal ont tenu un stand d'information de trois jours sur l'hygiène buccale.

### Soutien aux activités de groupe

*Aide à la halte-garderie, courses, lavage et tri des vêtements de seconde main, relance téléphonique, soutien aux ateliers et à la « clinique » d'impôt », etc.*

- D'ex-clientes parmi lesquelles Marie-Lucette Jourdain, Jocelyne Milaire, Atiqa Oummi, Olivares Flor et Belazri Nabila et d'autres encore.
- Stéphanie Sanberg : assistance au tricot.
- La conteuse Maria Revilla de la succursale Atwater de la Bibliothèque des jeunes de Montréal.

### Service de transport

*Cueillette des aliments et transport de dons divers*

- Carlos Bustamante, Rolland Caouette et Pierre Choquette.
- Plusieurs membres du conseil et du personnel se prêtent au jeu au besoin.

### Opération « Noël » – Environ 400 familles (800 enfants)

- Le Fonds de Noël de *The Gazette* (160 familles).
- Dons en argent – La Grande Bouffe des employés de *Téléfilm Canada*, *Ascension of Our Lord Parish*.
- Préparation et/ou livraison de 87 paniers de Noël – *Beaconsfield Social Action Group*, École alternative *Jonathan*, des employés de *Med Qualis*, une quinzaine d'individus ou de groupes, des bénévoles de la *Jeune chambre de commerce de Montréal* et du *Centre d'action bénévole du Grand Montréal*.
- Collecte de jouets – *CHM Communications Inc.*, *Thé Jouet 2009*, etc..
- Collecte de nourriture et autres dons – Place Alexis-Nihon, *Tim Hortons*, Moisson Montréal, les employés de Digital Dimension et ceux du Fonds d'assurance responsabilité professionnelle de l'Ordre des dentistes du Québec, les Guides, les clientes de Belles Mamans, Hélène Roy, Myriam Shiraz, François Paré et plusieurs autres.
- Don de Centraide : 50 billets pour le spectacle « The Disney Show ».
- Quête spéciale et le traditionnel Mitten Tree – Église unitarienne de Montréal.
- Préparation de 50 bas de Noël et dons divers – Membres de l'ex-*In His Name Society*.

## Nos partenaires

Quelque 70 organismes partenaires soutiennent avec fierté l'action du DDM. Ils participent ainsi à l'amélioration de la qualité de vie des familles et ont un impact positif sur l'ensemble de la communauté montréalaise. Soulignons entre autres...

### **... pour le financement, les partenaires institutionnels et les fondations :**

- Centraide
- Gouvernement du Québec (MSSS, DSP de Montréal, CSSS de la Montagne)
- Agence de la santé publique du Canada (Programme de nutrition prénatale)
- Ville de Montréal
- Fondation Lucie et André Chagnon
- Autres fondations

### **... pour le financement par des entreprises :**

- Marché de Noël le 2 décembre : Mariouche Gagné, designer (Maison Harricana) en plus des 9 autres exposants et des 26 donateurs de l'encan silencieux;
- Sophie Babeux et Tania Trudel de ImaBulle inc. via The Photo Art Book (Y. Déry) ;
- Le Fonds de l'environnement de Shell – compostière.

### **... pour le don de biens (valeur estimée : 550 000 \$) :**

- Moisson Montréal – provisions alimentaire hebdomadaires;
- Première Moisson – savoureux pain frais du jour, deux fois par semaine;
- Beaconsfield Social Action Group – nourriture, layettes, vêtements d'enfants, etc.;
- L'Assistance maternelle – jolies layettes;
- Cedar Park Girl Guides – articles de bébé pour la Fête des mères;
- Friperie des Amis – meubles et vêtements pour bébés;
- Maternité Shirley K Thyme – vêtements de maternité;
- La Mère Hélène – vêtements de maternité et d'enfants, couches lavables;
- Belles mamans – vêtements de maternité et d'enfants, articles divers pour enfants;
- Pharmaprix, place Alexis-Nihon – articles divers;
- Le Groupe Jean-Coutu (PJC) inc. – fioles pour les vitamines;
- Gusti – vêtements et manteaux d'hiver pour les petits;
- Fédération des producteurs de lait du Québec – don de fromages ;
- Plusieurs églises et de nombreux individus – vêtements, jouets, articles de bébés, etc.

### **... pour le don de services :**

- Transport Lecavalier : transport hebdomadaire de notre cueillette chez Moisson Montréal
- Témoin Production : soutien technique audio et télévisuel, etc.;
- Agence de Revenu Canada et Revenu Québec : bénévoles pour la période des impôts
- Agence Braque : soutien site Web, événement du Marché de Noël;
- Liliane Bedey, graphiste; Isabelle Clément, photographe; M<sup>me</sup> Hélène Lalonde-Martin et plusieurs autres.

### **... pour le partage d'idées et d'expertise :**

- Comité canadien pour l'allaitement;
- Comité sous-régional en allaitement maternel;
- Comité scientifique de la Fondation OLO;
- Comité sur la sécurité alimentaire – Diététistes du Canada;
- Comité organisateur du Sommet local sur la maturité scolaire – CSSS de la Montagne;
- Conseil des femmes de Montréal;
- Groupe de travail en sécurité alimentaire de la DSP de Montréal;
- Centre Premier Berceau;
- L'Envol;
- Interaction du quartier Peter-McGill;
- Regroupement des diététistes en santé communautaire;
- Sous-comité de la Table locale 0-5 ans – environnement favorable.

## Profil de la clientèle

### Références **1 283**

- 99 % Grossesse
- 1 % Autres

### Sources des références

- 58 % Cliente personnellement **749**
- 36 % Établissements du MSSS **461**

#### Centres hospitaliers (28)

- Royal Victoria (12)
- de Montréal pour enfants (7)
- Autres (9)

#### CSSS (433)

- Ahuntsic/Montréal-Nord (137)
- Bordeaux-Cartierville/St-Laurent (111)
- La Pointe de l'Île (39)
- Dorval/Lachine/LaSalle (35)
- Lucille-Teasdale (30)
- St-Léonard/St-Michel (29)
- Jeanne-Mance (17)
- Sud-Ouest/Verdun (14)
- De la Montagne (12)
- Autres (9)

- 4 % Organismes communautaires **49**

- Centre Premier Berceau (10)
- L'Envol (6)
- Autres (33)

- 2 % Médecins **24**

### Lieux de résidence

- 96 % Montréal-Centre (1 235)
  - Ahuntsic/Montréal-Nord (289)
  - Bordeaux-Cartierville/St-Laurent (204)
  - St-Léonard/St-Michel (117)
  - De la Montagne (104)
  - Lucille-Teasdale (101)
  - Dorval/Lachine/LaSalle (99)
  - Sud-Ouest/Verdun (95)
  - La Pointe de l'Île (80)
  - Cavendish (53)
  - Cœur de l'Île (43)
  - Jeanne-Mance (39)
  - Ouest de l'Île (11)

- 2 % Montérégie (25)

- 2 % Laval (23)

### Profil de risques – « méthode Higgins »<sup>®</sup>

- 49 % Sous-alimentation
- 27 % Antécédents défavorables de grossesse
- 22 % Gain de poids insuffisant
- 11 % Stress émotif sévère
- 11 % Maigreux
- 9 % Grossesse rapprochée (moins d'un an)
- 6 % Dépendance (tabac, alcool, drogues)
- 5 % Vomissements incoercibles

#### Correctifs, en calories et protéines

- 30 % Multiples
- 43 % Un
- 27 % Aucun

### Pays d'origine

- 40 % Afrique
- 15 % Antilles
- 14 % Asie
- 14 % Canada
- 10 % Mexique, Amérique Latine
- 4 % Moyen-Orient
- 3 % Europe

### Âge

- 1 % Adolescentes 14-17
- 2 % Adolescentes 18-19
- 12 % Adultes 20-24
- 58 % Adultes 25-34
- 27 % Adultes 35-54

### Scolarité

- 68 % 12 ans et plus
- 15 % 11 ans
- 7 % 10 ans
- 10 % 9 ans et moins

### État civil

- 78 % Mariées, union de fait
- 19 % Célibataires
- 3 % Divorcées, séparées, veuves

### Langue

- 68 % Français
- 24 % Anglais
- 7 % Espagnol
- 1 % Autres

### Type des familles

- 80 % Biparentales
- 20 % Monoparentales

### Taille des familles

- 7 % Personne seule
- 33 % Deux personnes
- 37 % Trois personnes
- 14 % Quatre personnes
- 6 % Cinq personnes
- 3 % Six personnes et plus

### Gravida

- 28 % Primipare
- 32 % Deuxième grossesse
- 20 % Troisième grossesse
- 20 % Quatrième grossesse et plus

### Source de revenu

- 36 % Salaire insuffisant
- 32 % Sécurité du revenu
- 21 % Assurance-emploi
- 7 % Aucun revenu
- 4 % Autre

## Statistiques – 1<sup>er</sup> avril 2009 au 31 mars 2010

### SERVICE DE COUNSELING PRÉNATAL ET DE SOUTIEN À L'ALLAITEMENT

Sommaire	Prénatal avec supplément	Prénatal sans supplément	Prénatal Total	Allaitement avec supplément *	Counseling nutritionnel Total
Cas reportés (mars 2008)	329	21	<b>350</b>	209	<b>559</b>
Nouveaux cas	1 213	70	<b>1 283</b>	740	<b>2 023</b>
Total	1 542	91	<b>1 633</b>	949	<b>2 582</b>
Cas fermés	1 184	74	<b>1 258</b>	780	<b>2 038</b>
Cas reportés (mars 2009)	358	17	<b>375</b>	169	<b>544</b>

\* 96 % des mamans du DDM initient l'allaitement. Toutefois, plusieurs d'entre elles n'ont pas besoin du suivi nutritionnel après la naissance de leur bébé.

### PROFIL DES SERVICES

#### Supplément alimentaire

160 164 litres de lait  
 10 860 douzaines d'œufs  
 335 000 comprimés de supplément de vitamines et minéraux  
 500 kilogrammes de graine de lin

221 736 \$ coût annuel, supplément alimentaire, femmes enceintes  
 54 539 \$ coût annuel, supplément alimentaire, femmes allaitant  
 183 \$ coût du supplément alimentaire/cliente ayant accouché  
 88 \$ coût du supplément alimentaire/cliente allaitant  
 400 \$ coût des services professionnels/bébé

#### Entrevues

2 023 entrevues initiales  
 6 387 entrevues de contrôle  
 228 visites à domicile  
 5,8 entrevues par femme enceinte, avec supplément  
 2,4 entrevues par femme enceinte, sans supplément  
 3,2 entrevues par femme allaitant, avec supplément

#### Assistance spéciale

Urgences : ≈ 517 secours d'urgence par mois grâce à l'aide reçue de Moisson Montréal, Première moisson, Pharmaprix et de nombreux autres organismes et individus.

Noël : ≈ 247 familles (428 enfants) ont reçu un panier de Noël avec des présents  
 ≈ 160 familles (390 enfants) ont reçu des présents sans panier de Noël du DDM

**1 258 naissances - Insuffisance pondérale : 4% - Prématurité : 5 %**

## ACTIVITÉS DU GROUPE DES MAMANS – 1 397 personnes jointes

ATELIERS	Activités (n)	Thèmes (n)	Présences (n total)	Présences par activité	Mères (n)	Maris/acc. (n)
Attendre un bébé	70	3 ■	826	12	427	33
Se préparer à allaiter	50	2 □	772	15	497	16
Alimentation du bébé	54	3 ▲	401	7	243	19
Habilités parentales	24	3 ▼	291	12	189	14
Santé de la mère	20	3 ◆	166	8	128	2
Sécurité alimentaire	47	3 ◇	333	7	160	9
Tricot	50	1	1 073	21	202	18
Réseautage	28	17 *	663	24	336	55
<b>Total</b>	<b>343</b>	<b>35</b>	<b>4 525</b>	<b>13</b>	▼	▼

▼ 1 165 individus (1 009 mères et 156 accompagnateurs) ont participé aux activités.

**Nombre moyen d'activités fréquentées par participante : 4,5**

### THÈMES DES ATELIERS

#### ■ ATTENDRE UN BÉBÉ

- Grossesse en santé-Exercices prénatals
- Les étapes de l'accouchement
- Les soins du nouveau-né

#### □ SE PRÉPARER À ALLAITER

- Avantages de l'allaitement
- Les positions d'allaitement

#### ▲ ALIMENTATION DE L'ENFANT

- Introduction des aliments complémentaires
- Préparation des purées pour bébé
- Alimentation de 1 à 5 ans

#### ▼ HABILITÉS PARENTALES

- Massage de bébé
- Premiers soins d'urgence
- Berceuses et comptines

#### ◆ SANTÉ DE LA MÈRE

- La contraception pour la nouvelle mère
- Rentrer dans ses jeans après la naissance
- Belle, fine et capable !

#### ◇ SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

- Cuisine santé
- Bien manger à petit budget
- ABC de la nutrition
- Cuisine collective

### \* RÉSEAUTAGE INTÉGRATIONNEL ET INTERCULTUREL

Tricot, les mercredis après-midi

5 fêtes :

- Fête de fin d'année
- Saint-Valentin
- Fête des mères
- À la découverte de mets d'ailleurs (2)

10 sorties culturelles :

- Grande Bibliothèque
- Musée des beaux-arts de Montréal (5)
- Festival international de jazz de Montréal
- Crèches de Noël à l'Oratoire Saint-Joseph
- Visite au Village du Père Noël
- Salon des métiers d'art

13 sorties plein air :

- Baignade (4)
- Pique-niques (4) dans les parcs
- Bal des citrouilles au Jardin botanique
- La Fête des neiges de Montréal
- La Fête des enfants de Montréal
- Visite du Vieux Port
- Lancement de la campagne de Centraide

AUTRES ACTIVITÉS	(n)	Mères (n)	Pères /Acc. (n)
Interventions individuelles de soutien à l'allaitement ou social	1 206	604	19
Visites à domicile	45		
<b>Total</b>	<b>1 251</b>		
Déclarations d'impôt	612	> 300 personnes	
Stand d'information : hygiène dentaire	3 jours	≈ 200 personnes	

Clinique d'allaitement	Halte-garderie
51 demi-journées	223 périodes 334 enfants 1 917 présences 9 enfants par période

« Empowerment » : 1 500 heures de bénévolat données par des clientes du DDM.

## IN MEMORIAM

M<sup>me</sup> Madeleine Baudin-Cantin

M<sup>me</sup> Gabrielle Brodeur-Borloz

M<sup>me</sup> Madeleine Cyr

M<sup>me</sup> Aline Duchesne-Laferrière

M<sup>me</sup> Lise Dufresne-Dubuc

M. Gérard Duquet

M. Gilles Filion

M<sup>me</sup> Verna-Marie Gélinas

L'Honorable Charles Gonthier

M<sup>me</sup> Isobel Loutit

M<sup>me</sup> Isobel Loutit

M<sup>me</sup> Alice Montembeau

M. Raymond Picard

M. Daniel Presley

M<sup>me</sup> Jacqueline Schnupp-Lalonde

M<sup>me</sup> Gisèle Sentenne

M<sup>me</sup> Solange Simard-Savoie