



Ressources familiales  
Côte-de-Beaupré

# RAPPORT ANNUEL

# 2022 2023



## Mon espace famille

## MOT DE LA PRÉSIDENTE

L'année 2022-2023 a passé beaucoup trop vite. Il y a eu encore beaucoup d'activités à la Ressource Familiale de la Côte-de-Beaupré comme vous pourrez le constater dans le bilan des activités de nos différents services : La tablée 138, la Halte-Garderie, les activités parents-enfants et les services de périnatalité. À chaque année, l'équipe de la Ressource a à cœur de vous offrir des services diversifiés et de qualité répondant aux besoins des familles et de tous ceux nécessitant de l'aide alimentaire. Je parlerai aujourd'hui que des nouveautés et améliorations de la dernière année.



Depuis plusieurs années, nous tentons d'améliorer nos communications pour mieux faire connaître nos services. Notre nouveau site web plus convivial pour tous et une présence accrue sur les médias sociaux ont permis d'augmenter le nombre de membres de notre organisme. Nous avons fait l'acquisition d'une nouvelle camionnette lettrée que tous peuvent voir sillonnner nos rues et qui contribue à améliorer la cueillette et la distribution des denrées alimentaires de La tablée 138. L'ajout d'un frigo-partage permet aux citoyens de prendre une part active dans l'échange de denrées avec les personnes qui en ont besoin.

La halte-garderie a été très occupée. Nous avons réussi à augmenter le nombre de places disponibles pour répondre aux nombreuses demandes que nous recevions avec l'ajout de 2 nouvelles éducatrices. Sans oublier la salle de motricité qui est maintenant ouverte le samedi matin pour les parents qui veulent venir bouger avec leurs enfants.

Dans les activités parents-enfants, nous sommes fiers de pouvoir maintenant offrir le programme "Jouons ensemble avec les mots" avec 2 intervenantes et une orthophoniste pour stimuler le développement du langage des enfants avec des retards. Nous offrons également, en collaboration avec les écoles, des ateliers en prévention de la violence sexuelle chez les enfants.

Pour les services de périnatalité, les matinées lactées sont devenues Bédaines et Poupons afin d'être plus inclusives et les familles actives peuvent maintenant participer aux balades et au cardio poupons.

Pour terminer, je souhaite remercier toute l'équipe de RFCB ainsi que les bénévoles pour leur dynamisme qui nous permettent d'offrir des services de qualité aux résidents de notre belle région. Merci également aux membres du C.A. d'épauler la directrice pour mener à terme tous ces beaux projets et merci à nos partenaires car nous sommes toujours plus forts en équipe !

*Caroline Cyr*

## MOT DE LA DIRECTRICE



Cette année, je suis très heureuse de célébrer mes 10 ans d'implication au sein de Ressources familiales Côte-de-Beaupré! Cela fait maintenant plus d'une décennie que j'assiste à l'évolution de cet organisme qui me tient à cœur. Je suis donc particulièrement fière de vous présenter, par ce rapport annuel, les accomplissements et les réussites de la dernière année.

En effet, c'est grâce à une équipe dévouée et un conseil d'administration motivé qu'une panoplie de services et activités se sont déployés tout au long de l'année. Nous pouvons entre autres nommer l'expansion de notre programme en persévérance scolaire « Les P'tits Succès » dans une 2e école primaire du territoire, le lancement des ateliers en stimulation du langage « Jouons ensemble avec les mots » ainsi qu'une programmation d'activités parents-enfants des plus variées et intéressantes! De plus, la fréquentation des enfants dans nos installations de la halte-garderie a augmenté de plus de 32% ce qui a occasionné l'arrivée de 2 nouvelles éducatrices afin de compléter l'équipe. Ces arrivées ont permis l'ouverture de la salle de motricité les samedis matin ainsi que l'élargissement de l'horaire de la halte-garderie qui est maintenant offerte du lundi au vendredi.

Notre initiative en sécurité alimentaire « La tablée 138 » a, elle aussi, connu son lot de réalisations avec l'implantation d'un frigo-partage et l'arrivée d'une nouvelle intervenante en sécurité alimentaire suite au départ de Michelle à qui nous souhaitons la meilleure des chances dans ses nouveaux projets. Des activités de glanage ont aussi eu lieu pendant la période estivale grâce à un partenariat avec la démarche « Agir et vire ensemble Côte-de-Beaupré » qui concerte les différents acteurs impliqués sur le chantier de travail en alimentation.

Pour ce qui est de notre volet périnatalité, plusieurs familles ont pu bénéficier des différents services offerts. Cours prénataux, matinées bédaines et poupons, marraines d'allaitement, karibou et balades poupons en sont des exemples d'activités appréciées des participants sans oublier les boîtes à lunch périnatales (BLP) qui sont toujours grandement prisées des nouvelles familles.

Pour terminer, il est important de souligner que ces réalisations ne sont possibles qu'avec le soutien de nos nombreux partenaires, collaborateurs et bénévoles qui sont indispensables à la poursuite de la mission de RFCB!

Merci à tous pour cette belle année!

*Véronique Vézina*

# CONSEIL D'ADMINISTRATION 2022-2023

**Caroline Cyr** - présidente

**Anne Vaillancourt-Morel** - vice-présidente

**Chloé Simard** - trésorière

**Emmanuelle Lessard** - secrétaire

**Julie Laroche** - administratrice

**Audrey-Anne Morissette** - administratrice

**Catherine Demers-Bélanger** - administratrice



## NOS COLLABORATRICES

**Joanie Bourassa-Guillemet**, éducatrice périnatale

**Marie-Christine Paquet**, art-thérapeute

**Véronique Pagé**, responsable du marketing et des communications

**Amélie Béland-Lacasse**, technicienne en éducation spécialisée



## L'ÉQUIPE DE TRAVAIL 2022-2023



# NOTRE MISSION

Ressources familiales Côte-de-Beaupré est un organisme communautaire qui s'adresse aux familles de la Côte-de-Beaupré. Par des activités et des services axés sur l'entraide, l'accompagnement, la formation et la socialisation, l'organisme vise à soutenir les habiletés parentales tout en favorisant le développement global des enfants 0 à 12 ans.

# NOS OBJECTIFS

Offrir un espace convivial qui favorise l'accueil, l'écoute et l'accompagnement des familles en accordant une attention particulière aux plus vulnérables;

Encourager le développement de divers ateliers, groupes de rencontre et projets par et pour les parents et les enfants;

Miser sur les ressources des individus et de la collectivité dans l'actualisation de la mission

# NOS VALEURS

ACCOMPAGNEMENT

BIENVEILLANCE

OUVERTURE D'ESPRIT

COOPÉRATION

PARTAGE

ENTRAIDE

PLAISIR

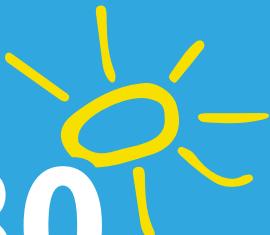
RESPECT



✗	✗	✗	✗
✗	✗	✗	✗
✗	✗	✗	✗

## FAITS SAILLANTS 2022-2023

1930



blocs de fréquentation utilisés par les enfants de la halte-garderie



Ouverture du local de motricité les samedis matin

38

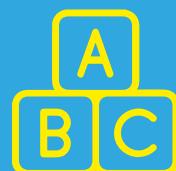
activités spéciales offertes aux parents et aux enfants



114

cadeaux remis aux enfants pour Noël dans l'atelier des lutins RFCB

+50  
bénévoles impliqués



Lancement d'un nouveau programme en stimulation du langage, « Jouons ensemble avec les mots »



Expansion du programme Les P'tits Succès favorisant la persévérance scolaire dans une 2e école primaire du territoire

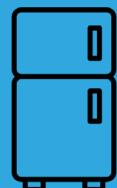
42



livres-cadeaux offerts aux enfants lors de la fête de Noël



Implantation d'un frigo-partage sur le territoire !



168

paniers de Noël distribués par notre initiative en sécurité alimentaire, La tablée 138

17

professionnels spécialistes invités dans nos activités

## NOS SERVICES



Située dans nos locaux de Beaupré, la halte-garderie offre en premier lieu la possibilité aux parents de participer aux activités de l'organisme pendant que leurs enfants sont gardés par des éducatrices compétentes, et ce, gratuitement. Le milieu de garde offre aussi du répit parental et un service de dépannage aux familles de la Côte-de-beaupré tout en favorisant les liens de socialisation entre les enfants.

- **Un milieu à l'écoute des enfants et des besoins des parents.**
- **Un milieu stimulant pour le développement des enfants.**

Afin de poursuivre son objectif premier qui est de favoriser le développement global des enfants, la halte-garderie reste toujours à l'écoute de l'évolution des besoins des familles. Aux vues de la croissance des demandes, celle-ci s'est donc adaptée au cours de l'année afin d'accueillir un plus grand nombre d'enfants dans ses installations. En effet, 2 ressources humaines supplémentaires se sont jointes à l'équipe et de nouvelles plages horaires ont été rendues accessibles.



*Quelques données sur la halte-garderie:*

**409**

plages horaires  
d'ouverture

**82**

enfants différents  
ont été accueillis  
dans les locaux

**1930**

blocs de fréquentation  
ont été fournis par l'équipe



# Les activités parents-enfants

Depuis le début de l'année, nous déployons toujours plusieurs services et activités pour soutenir les enfants et leurs parents. En effet, tous les mardis matin, nous avons continué l'envoi d'un courriel sympathique aux membres. Cela permet aux participants de rester informés sur notre programmation à venir. De plus, des propositions d'activités à faire à la maison ainsi que des trucs et astuces pour la vie familiale leur sont offerts dans un même temps.

Plusieurs sorties extérieures ont aussi été réalisées dont une sortie à l'aquarium du Québec, une visite à la bibliothèque La Plume d'Oie, une sortie au théâtre jeunesse Les Gros Becs, un pique-nique au Domaine Maizeret ainsi que des baignades aux jeux d'eau.

Les déjeuners-rencontres font toujours partie intégrante de notre offre de services. Assortie d'un bon déjeuner, cette activité hebdomadaire permet aux parents participants de partager et de s'informer sur plusieurs sujets entourant la vie familiale. De plus, plusieurs activités diverses destinées aux enfants ont été offertes telles que des bricolages thématiques, la décoration de citrouilles et la plantation de semis. Une programmation très diversifiée pour la semaine de relâche a aussi été réalisée au grand plaisir des petits et grands. Pour le mois des métiers, ce sont plusieurs professionnels qui ont été visités ou invités (pompier, policier, agriculteur, dentiste).

Cette année encore, nous avons souligné plusieurs fêtes avec nos familles avec un déjeuner spécial d'Halloween, un spa maison pour la Saint-Valentin et une fête de Noël incluant la venue d'un amuseur pour enfant et du vrai Père Noël.

De plus, le programme de psychomotricité Karibou était encore une fois très attendu pour les sessions d'automne et d'hiver. Celui-ci a suscité la participation de 10 enfants accompagnés de leurs parents.



## Quelques données sur nos activités parents-enfants:

**96**

familles différentes ont participé à nos ateliers

**102**

parents ont participé à nos ateliers

**153**

enfants accueillis au sein de nos activités parents-enfants



### Les ateliers Les p'tits succès



Ces ateliers d'après-classe appréciés des familles développent plusieurs conditions favorables à l'apprentissage et à la persévérence scolaire dès l'entrée à l'école. Cette année, un 2e établissement d'enseignement primaire du territoire s'est ajouté comme partenaire du programme. En effet, c'est donc en collaboration avec les écoles des Beaux-Prés et Place de l'Éveil que les 3 intervenantes du projet ont pu rencontrer les élèves de maternelle participants afin de développer leurs habiletés sociales, leur concentration ainsi que leur estime de soi. Au total, ce sont 13 enfants qui ont pu bénéficier du service de façon hebdomadaire, d'octobre 2022 à mai 2023.

# Les services de périnatalité

Encore une fois, il a été possible pour RFCB d'offrir 2 sessions de cours prénataux à un total de 13 futurs parents. De plus, afin d'accompagner et informer les nouveaux parents sur plusieurs sujets entourant l'arrivée d'un nouveau bébé, des matinées « bédaines et poupons » ont eu lieu tous les mercredis. Lors de ces dernières, les parents ou futurs parents sont invités à se réunir afin de discuter de plusieurs sujets entourant la maternité. 21 de ces matinées ont porté sur des sujets précis présentés par divers spécialistes en plus de 16 matinées lactées qui ont aussi eu lieu. Toujours grâce à un partenariat avec Allaitement Québec, un groupe de marraines d'allaitement avait été formé afin de bien accompagner les familles pouvant éprouver certaines difficultés. Ce groupe est maintenant composé de 4 marraines qui se sont vues jumelées à 11 familles au cours de l'année. De plus, 15 balades poupons et 6 ateliers de découvertes motrices, Karibou poupons, ont aussi été réalisée pour un total de 428 participations!



## Quelques données sur la périnatalité:

**13**

futurs parents ont assisté à nos cours prénataux

**21**

matinées ont porté sur des sujets précis animés par divers spécialistes

**11**

accompagnements réalisés par nos marraines d'allaitement



## **Boîtes à Lunch Périnatales**



Le projet de boîtes à lunch périnatales (BLP) qui a vu le jour en octobre 2021 est toujours offert aux familles avec une femme enceinte ou un bébé de moins de 18 mois. Ce service de repas cuisinés et congelés à commander en ligne permet d'alléger la routine familiale en plus de favoriser le bien-être général et le maintien d'une saine alimentation durant la grossesse et la période post-natale. Chaque BLP contient 4 portions de 3 repas principaux différents ainsi que 8 portions de collations nutritives. À raison d'une fois par mois, elles peuvent être commandées à un coût abordable et la livraison est aussi disponible sur tout le territoire de la Côte-de-Beaupré. Au cours de l'année, 133 boîtes à lunch périnatales ont été concoctées et 59 familles différentes ont pu bénéficier du service.

## NOS PROJETS SPÉCIAUX

### Art-thérapie

Les ateliers d'art-thérapie stimulent l'estime de soi et le développement des habiletés de communication. Animés par une art-thérapeute qualifiée, ceux-ci visent la réappropriation du pouvoir d'agir chez les parents participants. Au cours de cette année, 2 sessions de groupe de 10 séances ont été offertes à 18 participants différents qui ont pu expérimenter les arts comme outil d'expression social et ainsi réaliser un cheminement personnel.



### L'ATELIER DES LUTINS RFCB

Pour la période du temps des Fêtes, Ressources familiales Côte-de-Beaupré trouve important de donner l'occasion à toutes les familles vivant des situations de vulnérabilité d'offrir un cadeau neuf à chacun de leurs enfants de 12 ans et moins. Grâce à la précieuse collaboration de l'Alliance Affaires Côte-de-Beaupré qui a sollicité la participation de ses membres pour une 3e année consécutive, 17 entreprises du milieu se sont mobilisées et ont contribué à l'achat de jouets afin de garnir l'atelier des lutins RFCB. Au total, ce sont 114 jouets neufs accompagnés d'un livre qui ont été remis à toutes les familles bénéficiant d'un panier de Noël avec La tablée 138!

**17**  
entreprises ont  
généreusement  
contribué

**114**  
jouets neufs  
accompagnés d'un livre  
ont été distribués



## JOUONS ENSEMBLE AVEC LES MOTS

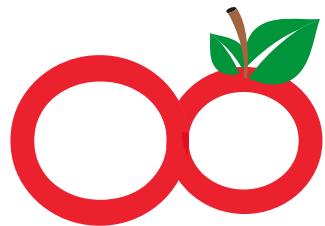
C'est en octobre qu'un tout-nouveau programme en stimulation du langage intègre la programmation de Ressources familiales Côte-de-Beaupré. À travers le jeu et la lecture, les 10 ateliers parent-enfant sont une occasion de mettre en pratique différentes stratégies pour stimuler le développement langagier des enfants de 2 à 5 ans. Lors des rencontres, 2 intervenantes et une orthophoniste étaient présentes pour accompagner les participants. Au cours de l'année, ce sont 2 sessions de 10 ateliers qui ont été offertes aux 14 familles participantes.



## LE PROGRAMME LANTERNE

Offert par la Fondation Marie-Vincent, le programme Lanterne propose des formations et des outils qui aident à prévenir la violence sexuelle par l'éducation à la sexualité et la promotion des relations égalitaires chez les enfants et les adultes qui gravitent autour d'eux. Le programme est adapté au niveau de développement des tout-petits. Celui-ci a été élaboré à partir des besoins des parents, des éducatrices et des intervenants des différents milieux de la petite enfance. Au cours de l'année, une intervenante de Ressources familiales Côte-de-Beaupré a été formée afin de pouvoir déployer le programme au sein des écoles primaires du territoire. Au total, ce sont 10 classes de maternelle 4 et 5 ans qui ont été visitées dans 3 écoles différentes.

## INITIATIVE EN SÉCURITÉ ALIMENTAIRE



# La tablée 138

sécurité alimentaire

Depuis ses tous-débuts, il est essentiel pour Ressources familiales Côte-de-Beaupré d'être un partenaire actif afin d'offrir des services en sécurité alimentaire à ses membres. Afin de rejoindre la population de la Côte-de-Beaupré, RFCB s'est allié, en avril 2020, avec 2 autres organismes communautaires de la région (Association Bénévole Côte-de-Beaupré et Libre-Espace Côte-de-Beaupré) en tant que fiduciaire et cogestionnaire de projet afin de mettre en place une cellule d'aide alimentaire centralisée pour toute personnes vivant des situations de vulnérabilité économique et sociale sur le territoire: La tablée 138.

Les objectifs principaux de cette cellule d'aide alimentaire sont de centraliser l'ensemble des demandes autour d'une seule entité et d'offrir des services diversifiés et adaptés afin de répondre à l'ensemble des besoins en sécurité alimentaire de la population de la Côte-de-Beaupré.

Les services présentement en fonction consistent en la tenue de 2 distributions alimentaires par mois, le soutien de groupes de cuisines collectives, l'animation régulière de cuisines créatives, la distribution de paniers de Noël, la réalisation de tables de dons et la tenue d'ateliers éducatifs de groupe. Un frigo-partage a aussi vu le jour en juin afin de faciliter l'accès aux aliments de façon continue (24h/24, 7 jours sur 7). Afin de rendre les divers services accessibles pour tous, un service de livraison des denrées est toujours disponible. En tout, ce sont 524 livraisons qui ont été effectuées aux bénéficiaires ayant des enjeux de mobilité.

Par son expertise en sécurité alimentaire sur le territoire de la Côte-de-Beaupré, La tablée 138 est aussi un partenaire actif sur le chantier « Alimentation » de la démarche en développement des communautés « Agir et Vivre Ensemble Côte-de-Beaupré ». En effet, c'est grâce à ce partenariat qu'un nouveau projet de glanage a vu le jour au cours de l'été avec La tablée 138 comme principal bénéficiaire des récoltes!

### *Quelques données sur La tablée 138:*

**168**

Paniers de Noël remis

**23**

distributions alimentaires ont été offertes

**57**

Cuisines collectives

**14**

Cuisines créatives

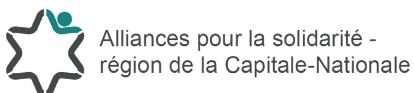
**298**

ménages différents qui ont bénéficié des divers services de la Tablée

## L'ÉQUIPE DE TRAVAIL

Maintenant au terme des 3 premières années d'existence de La tablée 138, un bilan positif est dressé et le fonctionnement général du projet se réalise de façon majoritairement autonome. C'est donc dans une optique d'allégement des procédures et de l'administration du projet que celui-ci se verra dorénavant chapeauté exclusivement par son porteur principal qu'est Ressources familiales Côte-de-Beaupré. Les partenariats restent toutefois partie prenante de l'initiative afin de poursuivre ses objectifs!

La réalisation de l'initiative La tablée 138 est possible grâce au financement des **Alliances pour la solidarité - région de la Capitale-Nationale**, en collaboration avec le **ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale** et de la **MRC de la Côte-de-Beaupré**.



## VIE COMMUNAUTAIRE ET ASSOCIATIVE

### L'engagement c'est...

- Se réunir autour d'activités et d'ateliers diversifiés afin de partager des moments de joie entre familles
- Soutenir la sécurité alimentaire de notre communauté en s'investissant dans la gestion d'une initiative innovante sur le territoire de la Côte-de-Beaupré : La tablée 138
- Valoriser l'implication bénévole et les partenariats afin de pouvoir réaliser nos activités et services
- Participer à des événements significatifs pour les familles du territoire de la Côte-de-Beaupré tel que le salon maternité et jeunes familles Photo salon
- Développer des services en cohérence avec l'évolution des besoins des familles
- S'investir en tant que partenaire dans les démarches enrichissante pour le développement de la communauté.



# COLLABORATIONS ET PARTENARIATS

- Allaitement Québec
- Alliance Affaires Côte-de-Beaupré
- **Alliances pour la solidarité – région de la Capitale-Nationale**
- Alimentation A. Lessard
- Armoires Générales
- Ayurveda Centre Québec
- Bam Café
- Bar Laitier Bolduc
- Caron & Guay Portes et Fenêtres
- Cercles des Fermières de Saint-Ferréol-les-Neiges, Saint-Tite-des-Cap et Château-Richer
- **Centraide Québec et Chaudière-Appalaches**
- Centre Dentaire Lavoie-Roy
- Chez Miawoof
- **CIUSSS de la Capitale-Nationale**
- Clinique dentaire Côte-de-Beaupré
- Collège des Hauts-Sommets
- CPE La Peluche et L'Enchanté
- Desjardins - Caisse de la Côte-de-Beaupré
- Développement Côte-de-Beaupré
- Écoles primaires des Beaux-Prés, La Châtelaine, Place de l'Éveil, Caps des Neiges 1 et 2
- Familiprix Extra
- Ferme Leblond
- Ferme Simard
- **Fondation Dufresne Gauthier**
- Fondation du Musée de la civilisation
- Fondation Marie-Vincent
- Fondation Maurice Tanguay
- Friperie de la Côte
- Golf Mont Sainte-Anne
- Gosselin Tremblay Excavation
- IGA extra, boucherie Chouinard
- IG Gestion privée de patrimoine
- Jean Coutu Sainte-Anne-de-Beaupré
- La Grande Ferme-Site historique
- Le Comte de Roussy
- Les écuries du Cap-Tourmente
- Les entreprises David Richard
- Les Perséides
- Les services Aqua-verre
- Les Toitures R.P.
- Marché du Village-Dany Drouin
- **Ministère de la Famille**
- **Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale**
- **Moisson Québec**
- Mondou et associés
- **MRC Côte-de-Beaupré**
- Pionniers de Beaupré, FADOQ
- Pool de hockey, Le Cercle
- Prémont et Lachance équipe immobilière
- Profilé R.G.P
- Résidence pour aînés Mont Champagnat
- Restaurant le Montagnais
- **Santé publique Canada**
- Services de sécurité incendie de Beaupré et Sainte-Anne-de-Beaupré
- Simard Cuisine et Salle de Bains
- Spécibois
- Toitures RP
- ... **Ainsi que les villes, municipalités, organismes du territoire et plusieurs autres donateurs privés!**

## DÉPUTÉS ET PARTENAIRES

**Madame Kariane Bourassa**  
députée provinciale de Charlevoix-Côte-de-Beaupré

**Madame Caroline Desbiens,**  
députée fédérale de la circonscription de Beauport-Côte-de-Beaupré-Île d'Orléans-Charlevoix

*Merci!*



# Ressources familiales

## Côte-de-Beaupré

*Mon espace famille*

