

---

# RAPPORT ANNUEL



# 2025- 2026





## TABLE DES MATIÈRES

CONSEIL D'ADMINISTRATION.....	2
MISSION.....	2
PRINCIPES DIRECTEURS.....	2
OBJECTIFS.....	3
CONSEIL D'ADMINISTRATION.....	3
L'ÉQUIPE.....	4
NOS SERVICES.....	5
NOS ACTIVITÉS.....	6
NOS ACTIVITÉS DANS LA COMMUNAUTÉ.....	7
NOS PARTENARIATS.....	9
LES PROJETS À VENIR.....	10
LES FINANCES.....	11
REMERCIEMENTS.....	12

---



Constitué légalement le 7 mars 2025, l'AGA de fondation ayant eu lieu le 12 juin 2025 a permis d'élire le premier conseil d'administration officiel de l'organisme.

## CONSEIL D'ADMINISTRATION



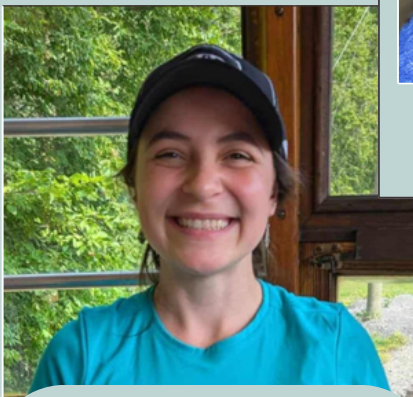
**Mélissa Toupin**  
Administratrice  
Responsable finances et relations partenaires



**Camille Egglefield**  
Administratrice  
Responsable des haltes



**Audrey Larochelle**  
Administratrice  
Responsable des réseaux sociaux - Marketing



**Jessica St-Hilaire**  
Administratrice  
Responsable de l'assignation des filleules et accueil des nouvelles marraines



**Josianne Laurin**  
Administratrice  
Responsable du site web et infolettre



## **Mot du conseil d'administration**

Constitué légalement le 7 mars 2025, l'AGA de fondation ayant eu lieu le 12 juin 2025 a permis d'élire le premier conseil d'administration officiel de l'organisme.



## **Mot de la coordonnatrice**

Il est venu le temps de vous présenter le tout premier rapport d'activités annuel officiel



# HISTORIQUE

**1998**

Ayant pris conscience du manque de soutien en allaitement offert par des bénévoles dans son territoire, le CLSC Jardin du Québec lança une invitation aux mamans, ayant vécu l'expérience de l'allaitement, pour mettre sur pied un groupe d'entraide à l'allaitement maternel. Fondée le 10 décembre 1998, les mères bénévoles et les intervenantes du CLSC eurent l'idée d'appeler le groupe *Lait-Source*, considérant que l'allaitement maternel est une source d'alimentation naturelle et reconnue pour tous ses bienfaits.

**1998**

**1998**

**1998**

**1998**

**1998**

**1998**

**1998**



## **MISSION**

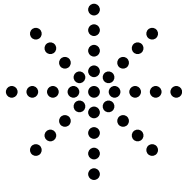
Afin de mieux répondre aux besoins des futurs et nouveaux parents, Lait-Source mise sur ses bases de l'accessibilité à de l'information concernant l'allaitement, mais également sur un soutien offert avant et après le retour à la maison, jusqu'au sevrage de bébé.

---

## **PRINCIPES DIRECTEURS**

Lait Source est un regroupement de bénévoles qui offre un soutien en allaitement aux nouvelles mères du territoire des Jardins-de-Napierville, sous la fiducie de l'organisme Apprendre en cœur de Saint-Rémi (Québec). L'organisme intervient en tout temps selon 2 principes principaux reconnus par les membres :

1. Offrir un soutien de qualité et bienveillant aux mères dans le besoin ;
2. Contribuer à l'essor de l'allaitement et à la normalisation de ce geste par l'entraide, la collaboration et le respect.



## **OBJECTIFS**

Les membres agissent ensemble afin d'offrir du soutien bienveillant en allaitement aux mères de la région, promouvoir l'allaitement et éliminer les préjugés qui lui sont reliés, réaliser des projets en liens avec sa mission et participer aux activités des organismes affiliés afin d'encourager l'allaitement.

---



## L'ÉQUIPE DE LAIT SOURCE

Bien que depuis quelques années, le recrutement des bénévoles était un enjeu dans l'organisme c'est un grand bonheur pour nous d'observer que cette année un engagement soutenu des mamans bénévoles présentes et de nouvelles bénévoles engagées qui se joignent à nous.



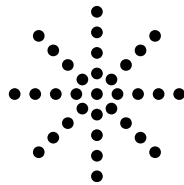
12

marraines bénévoles qui supportent les mamans qui en font la demande



4

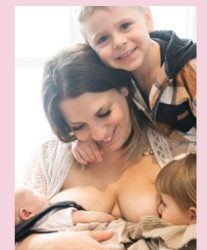
bénévoles qui supportent la gestion de l'organisme, la formation des marraines ainsi que leur support clinique.





# L'ÉQUIPE DE LAIT SOURCE

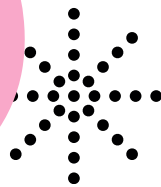
J'aimerais présenter brièvement chaque marraine



12

marraines bénévoles qui supportent les mamans c en font la demande

430 heures de bénévolat



4

bénévoles qui supportent la gestion de l'organisme, la formation des marraines ainsi que leur support clinique.



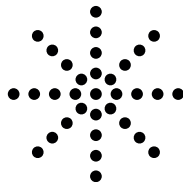
# L'ÉQUIPE DE LAIT SOURCE

Nos doulas associés à l'organisme

Annick Bourbonnais

Valérie Laramée

Catherine Huneault





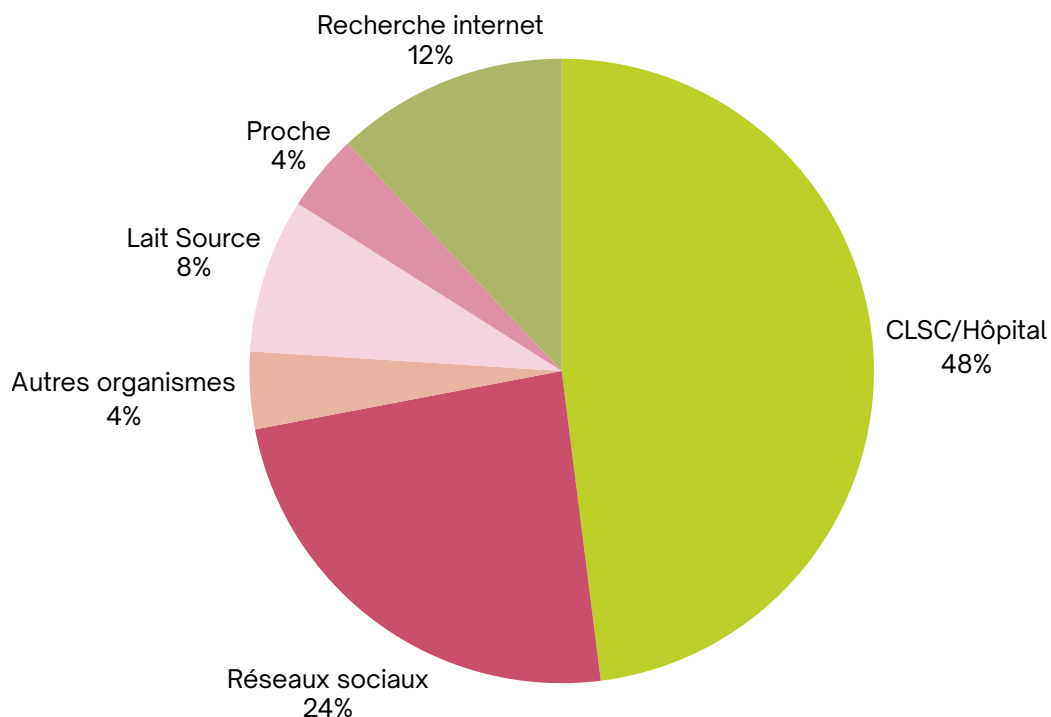
# NOS SERVICES

## SOUTIEN À L'ALLAITEMENT

Notre organisme offre un accompagnement gratuit, bienveillant et personnalisé aux familles, par le biais d'écoute, d'information et de soutien entre pairs tout au long du parcours d'allaitement.

L'année écoulée a été marquée par l'engagement indéfectible de nos bénévoles, qui ont continué à offrir un soutien essentiel aux familles dans leur parcours d'allaitement. Grâce à leur dévouement, notre organisme a pu accompagner un grand nombre de parents, répondre à leurs questions, briser l'isolement et promouvoir une culture bienveillante autour de l'allaitement.

### Provenance des références



**49** Familles soutenues dans leur allaitement via notre programme de marrainage

34 premier bébé

37 dont c'est leur premier allaitement

16 qui ont fait leur demande en prénatal  
33 en postnatal



## NOS SERVICES

### PRÊT DE TIRE-LAIT

Nous avons un tire-lait en prêt gratuitement avec un kit de tubulures complet offert. Le tire-lait de l'équipe en petite enfance du CLSC est également disponible. Notre collaboration avec les infirmières en petite enfance est très précieuse et nous en sommes très reconnaissantes

**4**

Prêt de tire-lait de grade hospitalier en collaboration avec les infirmières du CISSMO et un support financier de la table PEP

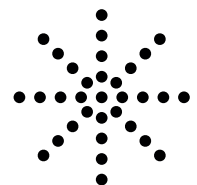
---

### CONSULTATION IBCLC

**??**

Consultations avec une IBCLC gratuitement pour nos filleules qui en nécessitent le besoin grâce à une collaboration avec Nourri-Source Montérégie

Notre organisme offre un accompagnement gratuit, bienveillant et personnalisé aux familles, par le biais d'écoute, d'information et de soutien entre pairs tout au long du parcours d'allaitement. Nous offrons également un prêt de tire-lait de grade hospitalier aux mamans qui en ont besoin et dont le budget est limité.



## NOS SERVICES

# COURS DE PRÉPARATION À LA NAISSANCE

Grâce à un budget de la santé publique en ce qui à trait au développement des habiletés parentales, il nous a été possible de débiter un projet de cours de préparation à la naissance en présentiel offert gratuitement à notre local à Napierville.

## 1 session à l'automne et 1 session à l'hiver

# 10

Couples ont participé à nos 3 cours durant la session totalisant 9h de contenu pertinent développé par deux accompagnantes à la naissance d'expérience, Valérie Laramée et Catherine Huneault.

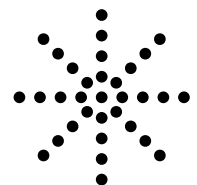


La structure des cours de préparation à la naissance va comme suit :

**Cours #1** : Donner naissance en conscience : Comprendre et gérer la douleur de la naissance

**Cours #2** : Devenir parents : Se préparer ensemble à l'accueil de bébé

**Cours #3** : Les premiers jours : Post-partum immédiat et démarrage de l'allaitement

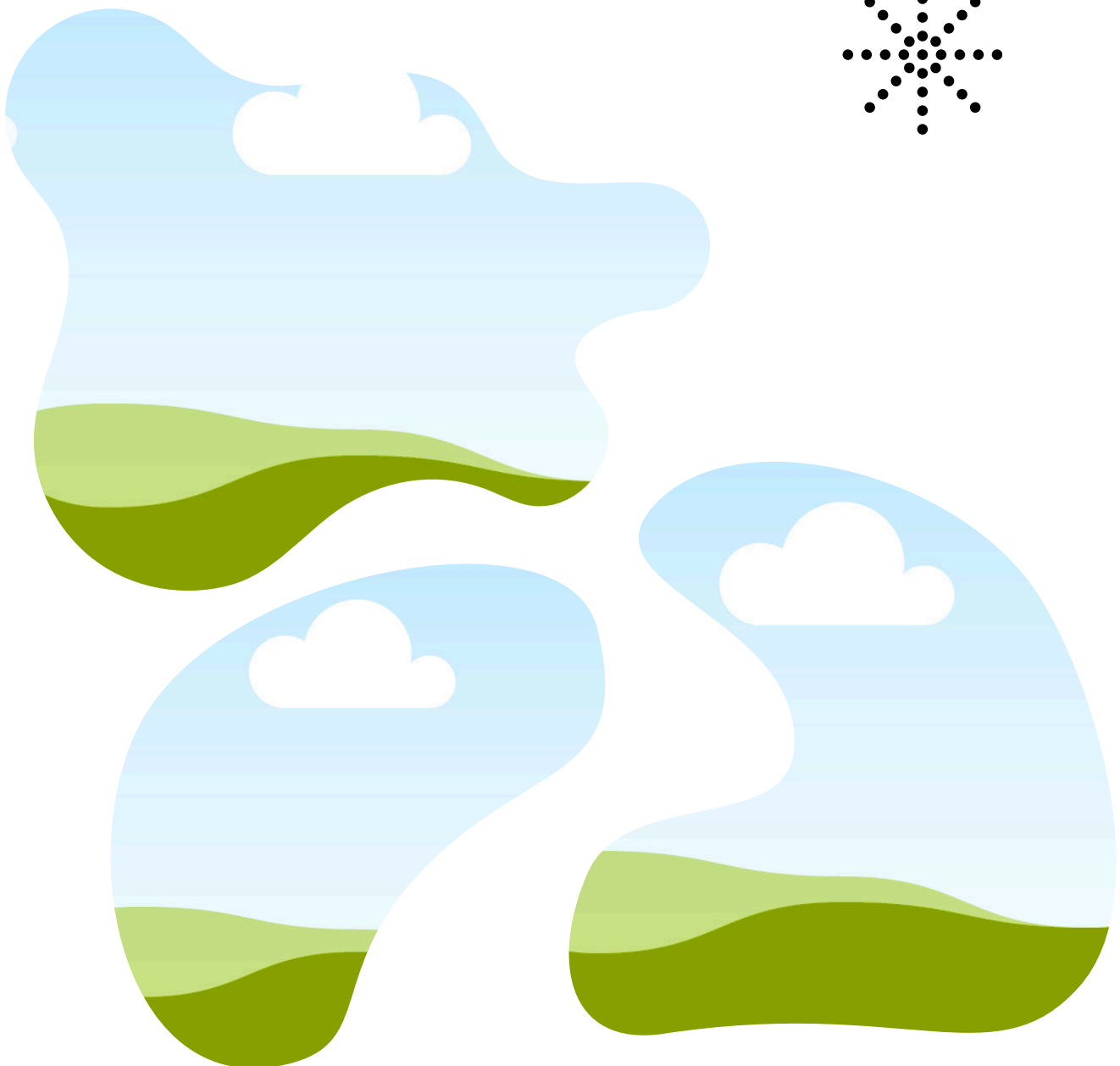
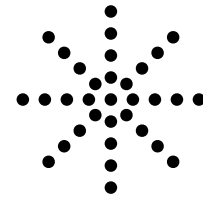




# NOUVEAU LIEU DE RASSEMBLEMENT

## NOTRE LOCAL

Grâce à une collaboration avec la mairesse de Napierville, Mme Chantal Pelletier, il nous a été possible de faire la location d'un local situé dans l'édifice du comté au 361 rue St-Jacques à Napierville à partir du mois d'août 2025. Une belle acquisition pour faire de ce lieu, un endroit accueillant pour toutes les familles du territoire et où nous pouvons mettre sur pied nos ateliers en toute autonomie et y entreposer notre matériel.



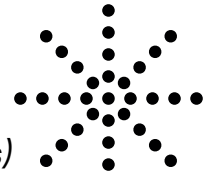
## NOS ACTIVITÉS

### ATELIERS / CONFÉRENCES

<b>16</b>	Différents ateliers et conférences offertes aux familles	À Napierville et à St-Rémi
<b>16</b>	Différents ateliers et conférences offertes aux familles	À Napierville et à St-Rémi
<b>163</b>	Mamans, papas, amis et grands-parents de tout-petits qui ont participé	Provenant de toutes les villes du territoire et à l'extérieur de celui-ci également (28%)

Voici les ateliers qui ont eu lieu dans le cadre des haltes-allaitement du mardi matin à St-Rémi et du jeudi matin à Napierville

- *Café-causerie avec les mairaines de LS*
- *Introduction aux couches lavables*
- *Atelier DME en ligne avec Sandra Griffin nutritionniste (à 3 reprises)*
- *Prévention de la plagiocéphalie et optimisation du développement moteur avec Anik Martin ostéopathe*
- *Respire maman! L'art de ralentir avec Valérie Laramée accompagnante à la naissance*
- *Lecture interactive avec notre tout-petit avec Marie-Ève Dupont d'Apprendre en coeur*
- *RCR nourrisson à bambin avec Jasmine Cajolet*
- *Signé bébé avec Linda Lortie en visioconférence*
- *Deux ateliers de portage une avec Christine Duhaime de Chimparoo et l'autre avec Mélissa Toupin, stagiaire monitrice de portage*



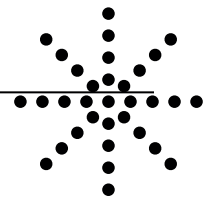
Valérie Laramée a l'animation de son atelier *Respire maman! L'art de ralentir*. 7 mamans accompagnées de leur bébé ont assisté à l'atelier et sont parties plus légères.



# NOS ACTIVITÉS

## ATELIERS / CONFÉRENCES (SUITE)

- Lecture interactive avec notre tout-petit avec Marie-Ève Dupont d'Apprendre en coeur ( à 2 reprises)
- Signé bébé avec Linda Lortie en ligne
- Prévention de la plagiocéphalie et développement moteur avec Anik Martin, ostéopathe
- Rééducation périnéale avec Marie-Pier Demers, physiothérapeute périnéale
- Bébé pour les fêtes animée par Mélissa Toupin, marraine d'allaitement
- Sommeil de bébé avec Dre. Katia Gagnon, neuropsychologue
- Massage de bébé avec Catherine Huneault, doula
- et de nombreuses causeries, échanges, moments entre parents à discuter des réalités diverses entourant la périnatalité et la parentalité.



## TOURNÉE DES PARCS



# NOS ACTIVITÉS

## PARENTS ENTRE DEUX MONDES

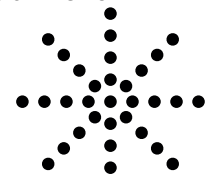
---

<b>16</b>	Différents ateliers et conférences offertes aux familles	À Napierville et à St-Rémi
<b>163</b>	Mamans, papas, amis et grands-parents de tout-petits qui ont participé	Provenant de toutes les villes du territoire et à l'extérieur de celui-ci également (28%)

---

Voici les ateliers qui ont eu lieu dans le cadre des haltes-allaitement du mardi matin à St-Rémi et du jeudi matin à Napierville

- Café-causerie avec les mairaines de LS
- Introduction aux couches lavables
- Atelier DME en ligne avec Sandra Griffin nutritionniste
- Prévention de la plagiocéphalie et optimisation du développement moteur avec Anik Martin ostéopathe
- Respire maman! L'art de ralentir avec Valérie Laramée accompagnante à la naissance
- Lecture interactive avec notre tout-petit avec Marie-Ève Dupont d'Apprendre en coeur



Ajouter le nombre de bébé et d'enfants





---

# NOS ACTIVITÉS

## COURS DE YOGA MAMAN-BÉBÉ

**2** sessions

Dans la grande salle de l'édifice du comté à Napierville, à l'étage de notre local

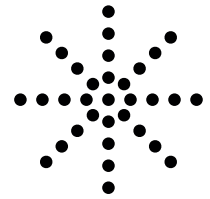
---

**163**

Mamans, papas, amis et grands-parents de tout-petits qui ont participé

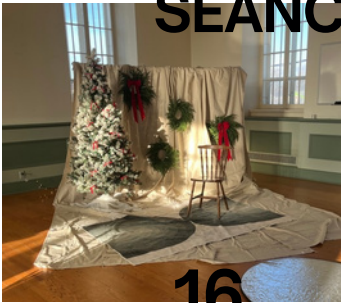
Provenant de toutes les villes du territoire et à l'extérieur de celui-ci également (28%)

---



## NOS ACTIVITÉS

### SÉANCE PHOTO ALLAITEMENT ET NOËL

**16**

Différents ateliers et conférences offertes aux familles



À Napierville et à St-Rémi

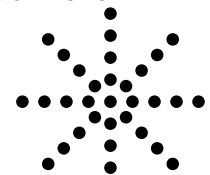
**163**

Mamans, papas, amis et grands-parents de tout-petits qui ont participé

Provenant de toutes les villes du territoire et à l'extérieur de celui-ci également (28%)

Voici les ateliers qui ont eu lieu dans le cadre des haltes-allaitement du mardi matin à St-Rémi et du jeudi matin à Napierville

- Café-causerie avec les mairaines de LS
- Introduction aux couches lavables
- Atelier DME en ligne avec Sandra Griffin nutritionniste
- Prévention de la plagiocéphalie et optimisation du développement moteur avec Anik Martin ostéopathe
- Respire maman! L'art de ralentir avec Valérie Laramée accompagnante à la naissance
- Lecture interactive avec notre tout-petit avec Marie-Ève Dupont
- Apprendre en coeur





## NOS SERVICES

Nous offrons des services aux parents de la MRC des Jardins-de-Napierville mais nos ateliers sont offertes à tous. Voici donc la représentativité de la provenance des parents qui utilisent nos services au courant de l'année 2024-2025 :

### ST-RÉMI

**13 support à l'allaitement**

36 participations à nos activités

### ST-MICHEL

**4 support à l'allaitement**

19 participations à nos activités

### ST-ÉDOUARD

**1 support à l'allaitement**

### ST-BERNARD-DE-LACOLLE

**3 support à l'allaitement**

6 participations à nos activités

### ST-JACQUES-LE-MINEUR

**6 support à l'allaitement**

1 participation à nos activités

### STE-CLOTILDE

**1 support à l'allaitement**

6 participations à nos activités

### HEMMINGFORD

**1 support à l'allaitement**

5 participations à nos activités

### SHERRINGTON

**2 support à l'allaitement**

4 participations à nos activités

### NAPIERVILLE

**8 support à l'allaitement**

29 participations à nos activités

### ST-CYPRIEN-DE-NAPIERVILLE

### AUTRES VILLES

**3 support à l'allaitement**

56 participations à nos activités



## NOS ACTIVITÉS

L'année écoulée a été marquée par l'engagement indéfectible de nos bénévoles, qui ont continué à offrir un soutien essentiel aux familles dans leur parcours d'allaitement. Grâce à leur dévouement, notre organisme a pu accompagner un grand nombre de parents, répondre à leurs questions, briser l'isolement et promouvoir une culture bienveillante autour de l'allaitement.

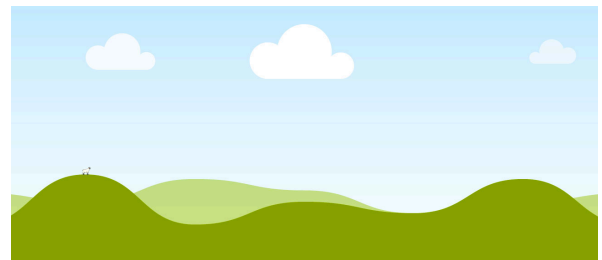
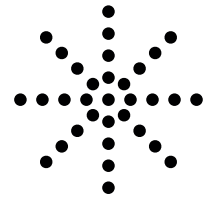
---

<b>16</b>	Différents ateliers et conférences offertes aux familles	À Napierville et à St-Rémi
<b>163</b>	Mamans, papas, amis et grands-parents de tout-petits qui ont participés	Provenant de toutes les villes du territoire et à l'extérieur de celui-ci également (28%)

---

Tournée des parcs cet été

nouveau projet  
parents de fin de semaine





## NOS ACTIVITÉS

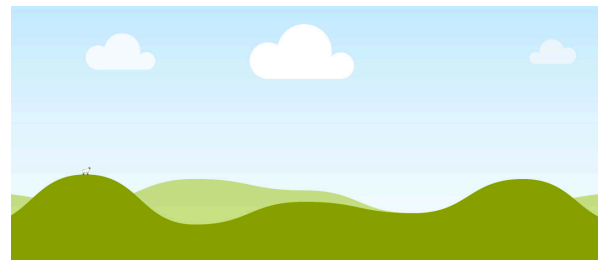
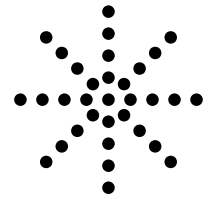
L'année écoulée a été marquée par l'engagement indéfectible de nos bénévoles, qui ont continué à offrir un soutien essentiel aux familles dans leur parcours d'allaitement. Grâce à leur dévouement, notre organisme a pu accompagner un grand nombre de parents, répondre à leurs questions, briser l'isolement et promouvoir une culture bienveillante autour de l'allaitement.

<b>16</b>	Différents ateliers et conférences offertes aux familles	À Napierville et à St-Rémi
<b>163</b>	Mamans, papas, amis et grands-parents de tout-petits qui ont participés	Provenant de toutes les villes du territoire et à l'extérieur de celui-ci également (28%)

Yoga maman bébé

Cours prénataux

Samedi Parents entre deux mondes



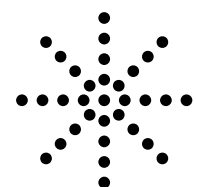
## NOS ACTIVITÉS DANS LA COMMUNAUTÉ



Le 7 octobre 2025, Mélissa a présenter les services de Lait Source aux gens de la communauté à l'école primaire de St-Michel lors d'un événement Rendez-vous de la communauté des Jardins de Napierville.



Conférence d'Annie Beauregard organisé par Lait Source et Apprendre en cœur le 25 mai à St-Rémi et le 14 septembre 2025 à Hemmingford. Un projet présenté ensemble via le budget Réseau Les Éclaireurs qui visait un projet afin de faire augmenter la santé mentale positive dans notre communauté. Une trentaine de citoyens étaient réunis pour parler pleine conscience et gratitude et de moyens concrets de l'intégrer dans notre quotidien avec nos proches. Ce budget nous a également permis de distribuer des journaux de gratitude aux familles de notre communauté lors d'événements.

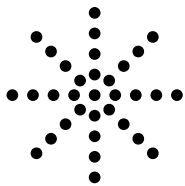


## NOS ACTIVITÉS DANS LA COMMUNAUTÉ



Notre pique-nique annuel a eu lieu le 8 juin 2025 et a permis de rejoindre une trentaine de familles. L'objectif était de se faire connaître au sein de la population générale. Une belle opportunité pour l'organisme d'inviter de nouvelles familles à se joindre à nous lors des haltes mais également de montrer que du support en périnatalité existe près de chez eux. Lors de ce pique-nique nous avons pu compter sur l'organisme Apprendre en cœur pour offrir des livres, des toutous Galette et animer la lecture de contes. Un repas de l'entreprise Mangeons Maison de Napierville a été offert à tous.

Pour souligner la semaine de l'action bénévole, la Ville de Saint-Rémi a invité ses bénévoles pour un souper 4 services et un spectacle d'humour, une soirée mémorable. Mélissa, Josianne, Audrey et Noémie était présentes pour représenter l'organisme.



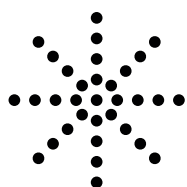
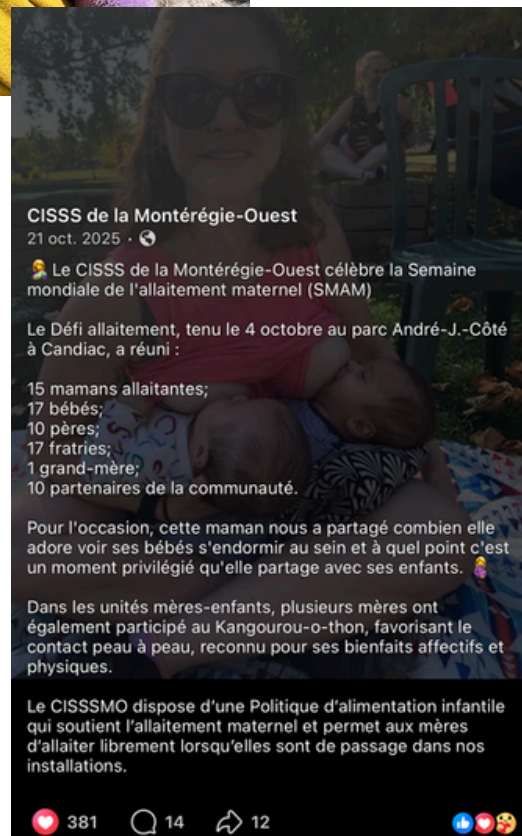
# NOS ACTIVITÉS DANS LA COMMUNAUTÉ

ÉVÉNEMENTt à tous.



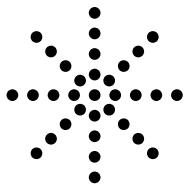
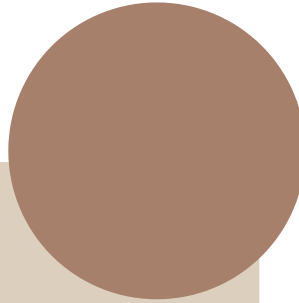
Pour souligner la semaine de l'allaitement maternelle, les organismes petite enfance de Jardins-Roussillon se sont alliés afin de créer le premier rassemblement Défi allaitement le 5 octobre 2025.

Une dizaine de familles se sont réunis pour cette première édition au parc André J. Côté à Candiac et les mamans ont toutes allaitées au même moment .





# NOTRE IMPACT EN MOT



## NOS PARTENARIATS

Table de concertation  
petite enfance, périnatalité  
Jardins du Québec



Nous sommes fièrement membre de la Table de concertation petite enfance et périnatalité Jardins-du-Québec et impliquer dans le comité du planificateur familial 24-25.

Fiduciaire de notre organisme jusqu'à cette année, Apprendre en coeur demeure un partenaire clé en ce qui a trait au développement langagier de nos tout-petits.



Sourire sans fin est la maison de la famille des Jardins-de-Napierville. Ceux-ci nous offre des places à la halte-garderie pour les plus grands enfants de nos participants.



Le RAM est le regroupement des organismes en allaitement de la Montérégie. Nous participons aux rencontres du RAM à raison d'une fois par 2 mois afin de mettre en place des actions communes et se tenir informer des dernières nouvelles concernant l'allaitement et la périnatalité.

Centre intégré  
de santé et de  
services sociaux de  
la Montérégie-Centre

Québec

Direction de santé publique

La Santé Publique supporte nos projets depuis de nombreuses années soit par le financement via la table PEP mais également par la formation continue de nos mairaines lors des rencontres annuelles des groupes d'entraide en allaitement

Nourri-Source assure la gestion du budget concernant les consultations avec une IBCLC tout à fait gratuitement pour nos filleules.



Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Montérégie-Ouest

Québec

Le CISSS de la Montérégie-Ouest est précieux par le prêt de locaux pour faire nos haltes au CLSC de St-Rémi et Napierville mais également pour la collaboration avec l'équipe de professionnels en petite enfance qui viennent donner des ateliers.

## NOS PARTENARIATS

Table de concertation  
petite enfance, périnatalité  
Jardins du Québec



Nous sommes fièrement membre de la Table de concertation petite enfance et périnatalité Jardins-du-Québec et impliquer dans le comité du planificateur familial 24-25.

Fiduciaire de notre organisme jusqu'à cette année, Apprendre en coeur demeure un partenaire clé en ce qui a trait au développement langagier de nos tout-petits.



Sourire sans fin est la maison de la famille des Jardins-de-Napierville. Ceux-ci nous offre des places à la halte-garderie pour les plus grands enfants de nos participants.



Le RAM est le regroupement des organismes en allaitement de la Montérégie. Nous participons aux rencontres du RAM à raison d'une fois par 2 mois afin de mettre en place des actions communes et se tenir informer des dernières nouvelles concernant l'allaitement et la périnatalité.

Centre intégré  
de santé et de  
services sociaux de  
la Montérégie-Centre

Québec



Direction de santé publique

La Santé Publique supporte nos projets depuis de nombreuses années soit par le financement via la table PEP mais également par la formation continue de nos mairaines lors des rencontres annuelles des groupes d'entraide en allaitement

Nourri-Source assure la gestion du budget concernant les consultations avec une IBCLC tout à fait gratuitement pour nos filleules.



Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Montérégie-Ouest

Québec



Le CISSS de la Montérégie-Ouest est précieux par le prêt de locaux pour faire nos haltes au CLSC de St-Rémi et Napierville mais également pour la collaboration avec l'équipe de professionnels en petite enfance qui viennent donner des ateliers.



# LES PROJETS À VENIR

L'organisme est maintenant constitué comme un organisme sans but lucratif depuis le 7 mars 2025 selon la loi sur les compagnies du Québec.

Débuter des essais de tarification sociale pour certaines de nos activités ;

Sonder les mamans sur leurs besoins;

Évaluer la possibilité d'instaurer un projet de parrain d'allaitement pour les nouveaux papas;

Recherche de financement dans le but d'avoir un local qui nous appartient et développer une offre de services prénataux;

Créer un atelier un samedi par mois afin d'offrir un lieu de rassemblement pour les parents qui sont de retour au travail;

Créer une friperie de vêtements de maternité et d'allaitement;

Créer une offre de service en prénatal (cours prénataux complémentaires à ceux du CISSMO);

---



# FINANCES



# NOUS TENONS À REMERCIER TOUS NOS PARTENAIRES ET NOS BÉNÉVOLES POUR LEUR SOUTIEN GÉNÉREUX

## REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier nos partenaires financiers qui soutiennent nos projets depuis plusieurs années ainsi que nos partenaires communautaires tel que Sourire sans fin ainsi qu'Apprendre en cœur qui agit comme fiduciaire pour notre organisme depuis 1998. Un merci énorme également à l'ensemble de nos bénévoles ainsi qu'à leur famille car sans eux le soutien des parents de notre communauté ne seraient pas possible.

**Ensemble vers une culture d'allaitement  
(Direction de santé publique de la Montérégie)  
RAM (Regroupement Allaitement Montérégie)  
Table PEP (Périnatalité et Petite Enfance des  
Jardins de Napierville)**

