



# Rapport Annuel 2022-2023

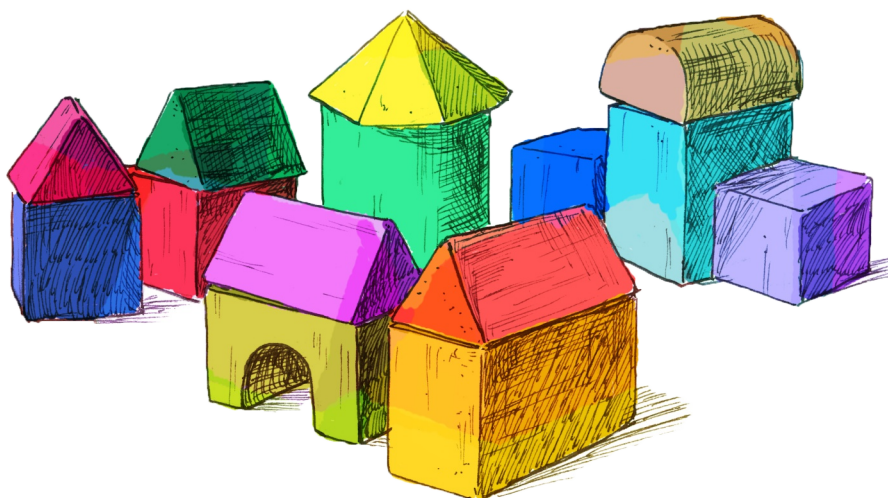




# Rapport Annuel 2022-2023

## *Table des matières*

Mot de la présidente	page 5
Mot de l'équipe	page 6
Le Centre Famille Haute-Ville en bref...	page 8
Activités et services	page 10
Activités spéciales	page 22
Campagne d'autofinancement	page 24
Partenaires financiers	page 25
Comités et partenariats	page 26
Tables de concertation et représentation	page 27
Priorités d'action	page 28
Conseil d'administration	page 29
Remerciements	page 30
La parole aux membres	page 32





## *Mot de la présidente*

Cela fait quelques années déjà que ma famille grandit au sein du Centre Famille Haute-Ville.

Nous avons été accueillis à bras ouverts, entourés de personnes dévouées, attentionnées et bienveillantes qui nous ont accompagnés à travers les différentes étapes de nos vies (grossesses, naissances, déménagement, intégration à la garderie, retour au travail, etc.).

Comme nos familles, le Centre Famille Haute-Ville évolue et grandit au sein de notre communauté.

L'équipe de direction a su faire progresser le Centre Famille Haute-Ville afin d'assurer sa pérennité. Ainsi, un travail de moine a été accompli par la rédaction et bonification des règlements, politiques et autres documents nécessaires afin d'assurer une fondation solide pour notre organisme.

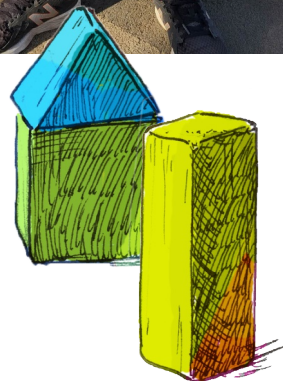
C'est avec cette fondation solide que les pratiques de gestion sont ainsi optimisées afin de pouvoir nous concentrer davantage sur la création de nouveaux projets adaptés aux besoins des familles.

Je tiens à remercier chaleureusement l'équipe de travail, les membres du conseil d'administration, nos membres ainsi que nos partenaires.

C'est ensemble que nous formons notre milieu de vie accueillant, chaleureux et bienveillant, ayant à cœur la valorisation du *Par* et *Pour* les familles.

**Ariane Somma**

*Présidente du conseil d'administration*



## *L'équipe de travail*

L'année dernière à la même époque nous fêtons les 20 ans du Centre Famille, nous nous rappelions toutes les belles rencontres faites au fil des années, des défis surmontés, des transformations apportées par la pandémie... Nous faisons le bilan de ce qui avait été accompli et nous rêvions à demain.

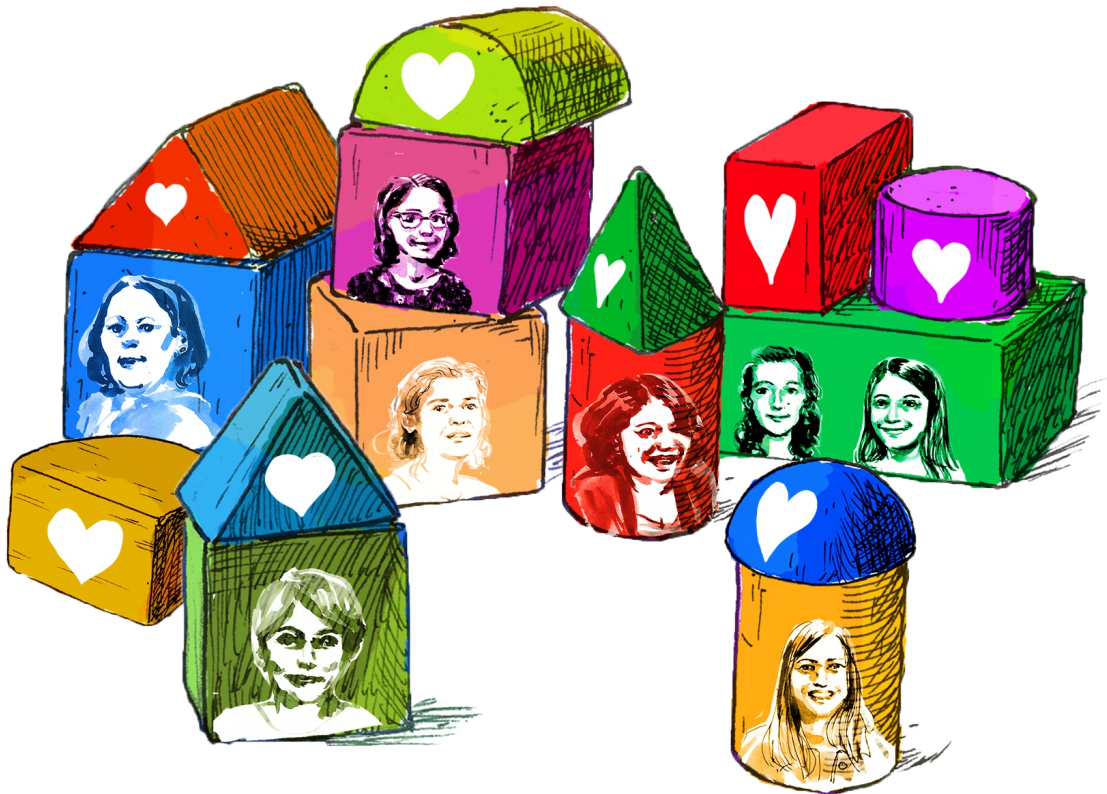
Depuis l'automne, c'est avec joie que nous avons vu le milieu de vie reprendre toute sa spontanéité et son effervescence. Telle une fourmilière chacun y trouve sa place, y contribue, y prend une pause. Les conversations se multiplient, des liens se tissent, des amitiés bourgeonnent.

Dans un esprit de Par, Pour et Avec vous les familles, pour rester alignés au plus proche de vos besoins, nous avons entamé cette année une démarche de planification stratégique. Par le biais d'un sondage et de 2 journées de réflexion nous avons entendu vos attentes et nous vous préparons quelques surprises pour cet automne.

Pour finir je remercie infiniment le conseil d'administration pour son support, l'équipe de travail toujours aussi engagée, nos bénévoles et bien évidemment vous les familles!

Un proverbe africain nous rappelle qu'il faut tout un village pour élever un enfant, alors continuons à nous entraider et tisser des liens serrés au sein de cette belle communauté.





### **Animatrices :**

Julia Nallet,  
Liane Turgeon,  
Sandrine Bédard,  
Brigitte Paré,  
Amélie Jane Labelle Vaillancourt,  
Stéphanie Jones,  
Guylaine Déry,  
Andreea Tudor,  
Patricia Paquet-Marceau,  
Laura Plourde-Pineau,  
Kim Beaudoin  
(*congé maternité*)

### **Entretien et soutien :**

Nicole Fleury

### **Directrice :**

Aurélie Mélot

### **Coordonnatrice :**

Mélissa Dubé

### **Adjointe administrative :**

Gabriela Santos  
(*jusqu'en septembre 2022*)

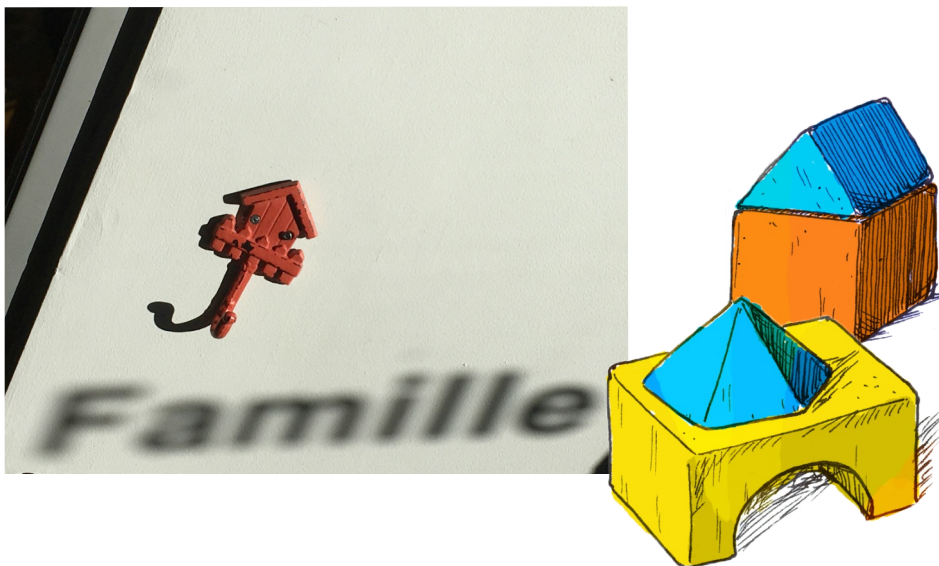
## Le Centre Famille Haute-Ville en bref...

### Mission et objectifs :

Le Centre Famille Haute-Ville fait partie du réseau des organismes communautaires famille qui veillent au bien-être de celles-ci et à la réduction des inégalités individuelles et collectives.

Notre milieu de vie évolue PAR, POUR et AVEC les membres utilisateurs : les activités proposées émergent directement de leurs besoins et visent toujours à :

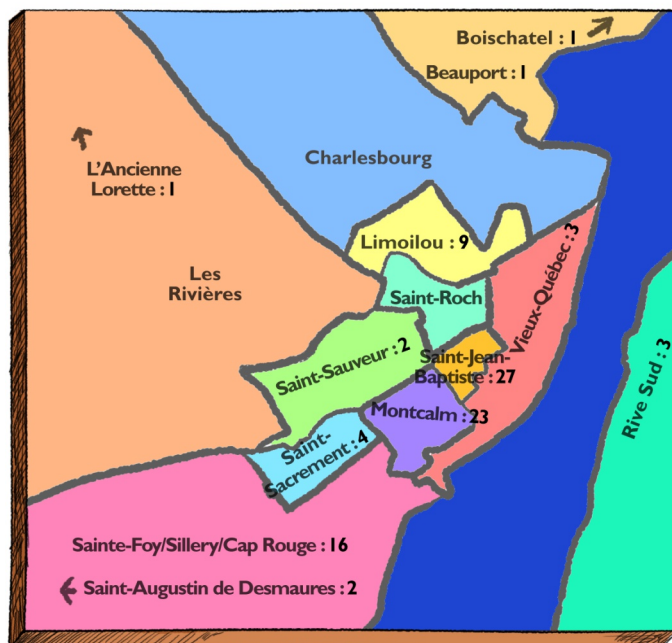
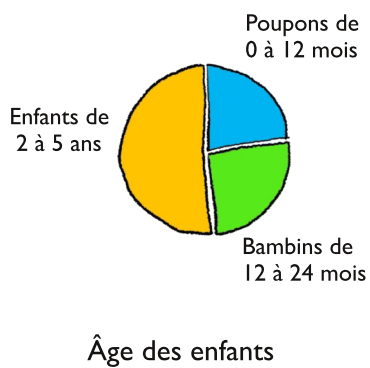
- Briser l'isolement,
- Venir en aide aux familles vivant des difficultés (*économiques, psychologiques, sociales ou communautaires*),
- Soutenir les parents dans l'exercice de leurs responsabilités à l'endroit de leurs enfants,
- Encourager et accroître la coopération,
- Promouvoir les intérêts de la cellule familiale auprès des diverses instances susceptibles d'influencer le développement de services.





## Le Centre Famille en quelques chiffres :

En 2022-2023, **96** familles sont devenues membres, dont **29** renouvellements et **67** nouvelles familles.



Lieux de résidence des familles

Immigrants: **46** / 96

Nombre de jours d'ouverture : **153** jours, **765** heures d'ouverture

Heures de bénévolat : **564** heures

## Activités et services

### Fin de projet et autre conclusion :

Après deux années d'ateliers, c'est avec émotion que nous avons vu venir la conclusion de notre beau projet Baluchon (éveil à la lecture et à l'écriture).

Merci à **Kim**, pour cette proposition qui aura su séduire nombre de familles, ainsi qu'à toutes les animatrices ayant participé à sa présentation.



Mais soyez sans crainte **Balu**, la marionnette mascotte, reste tout proche et pourra toujours nous faire redécouvrir son Baluchon à l'occasion!

Le mois de juin 2022 aura également signé la fin de nos ateliers de poterie avec Guylaine, sous leur forme habituelle. Merci à toi, **Guylaine**, pour tous ces souvenirs précieux, ce savoir transmis avec tant de générosité et ta présence chaleureuse durant toutes ces années.

Même si nous n'aurons plus la chance de te voir chaque semaine, l'amour pour la poterie et notre précieuse collaboration se poursuivent, à travers nos matinées créatrices pour notre plus grand plaisir !

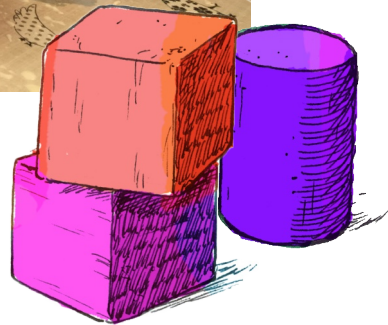


## Ateliers sensoriels 0-2 ans :

Cette année encore, l'exploration sensorielle a rencontré un franc succès !

Avec **36** ateliers donnés et plus de **70** familles rejointes, ce sont près de **85** enfants qui auront pu profiter de ces moments riches en sensations. Des bouteilles sonores à la pâte à modeler maison, en passant par les perles d'eau et la peinture sur neige, chacun a pu explorer son environnement avec ses sens, tout en profitant de moments de partage entre pairs.

Ces espaces, dédiés aux tout-petits, sont en effet le lieu idéal pour la découverte de tout un monde de textures, températures, sonorités, résistances, couleurs, lumières et saveurs, mais aussi pour rencontrer et jouer avec d'autres enfants.



Si les moins de deux ans bénéficient tout particulièrement de ces temps d'exploration sensorielle, les plus vieux apprécient encore bien souvent se joindre aux expériences, et tous développent et perfectionnent de nouvelles habiletés motrices, cognitives et sociales, chacun à son rythme. L'équipe s'assure que chaque enfant puisse participer de façon libre et intuitive, selon ses intérêts et besoins du moment.

Les parents, quant à eux, apprécient pouvoir découvrir de nouvelles idées d'activités et s'inspirer des ateliers pour offrir des moments d'éveil à leurs petits, une fois de retour à la maison. C'est ainsi que la pâte à barbouille, mélange d'eau et de fécule de maïs, est notamment devenue l'une de nos activités vedettes au cours de ces derniers mois !  
Sensorialité et plaisir garantis !



La pose de nouveaux stores opaques sur les grandes fenêtres de notre local a également permis de réaliser quelques matinées dans la pénombre et d'utiliser notre beau matériel lumineux, d'inspiration Snoezelen.

## Matinées Créatrices :



Les Matinées Créatrices ont débuté en septembre 2022, pour un total de **22** matinées offertes jusqu'au printemps 2023. Ce sont ainsi **45** familles qui se sont côtoyées lors de ces moments riches en création et en expression.

Les Matinées Créatrices ont permis la réalisation de plusieurs activités artistiques, telles que : bricolage, aquarelle, création de bracelets, origami, couture, etc. Les parents, ainsi que leurs enfants, ont donc pu découvrir plusieurs nouveaux types d'art, au plus grand plaisir de tous !

Un des plus grands succès de cet atelier reste la venue de nos invitées, qui ont été fort appréciées par nos membres ! Plusieurs participantes ont en effet pu faire découvrir leur talent et leur passion aux autres, et nous espérons que cette belle pratique pourra continuer dans le futur.

Bonne nouvelle, les Matinées Créatrices vont se poursuivre à la saison 2023-2024 !

## Le projet Kangourou :

Le projet Kangourou, en partenariat avec les Loisirs Saint-Sacrement, se veut un moment ludique et dynamique qui rejoint en moyenne, chaque semaine, une trentaine de parents accompagnés de leurs enfants âgés de 0 à 5 ans. Parfois, grands-parents ou gardiennes sont également présents.





L'activité se déroule de manière très conviviale, dans un grand espace de motricité et/ou une salle d'art. Chaque semaine, les familles présentes découvrent un nouveau thème, qui se veut varié et adapté aux circonstances, comme : "Parcours coloré", "Bien manger, c'est rigolo", "Histoire de rêve", "Bougeottons", "Célébrons le temps des fêtes", "Carnaval Kangourou", "Musique & rythme", etc.

Quelques fois, nous recevons des invités spéciaux pour rendre un événement plus festif ou pour répondre à des questionnements. Cette année, nous avons par exemple eu le plaisir de recevoir une technicienne en diététique du CIUSSS-CN, venue présenter la diversification alimentaire et les bienfaits des collations.

Nous avons aussi réalisé une grande fête pour souligner le thème de l'Halloween, rejoignant ainsi exceptionnellement plus d'une soixantaine de personnes.

Le projet Kangourou demeure donc un incontournable parmi les activités offertes par le Centre Famille et contribue à briser l'isolement des familles, comme celles-ci l'ont mentionné lors d'un sondage effectué en décembre 2022. Certains répondants ont même spécifié que de participer à Kangourou est le seul moment de la semaine où ils peuvent échanger avec d'autres parents, pendant que les enfants peuvent s'amuser.



## Éveil musical :

L'éveil musical fut une activité encore très appréciée des familles cette année. Stéphanie est passée maître dans l'art d'accueillir et d'intégrer les enfants peu importe leur âge. Ainsi, les tous jeunes bébés, autant que les enfants de 4-5 ans, prennent grand plaisir à participer à cette activité d'éveil avec leurs parents.

De plus, pour faire durer le plaisir pendant la saison estivale, Andreea nous a offert un éveil musical extérieur au parc Berthelot qui a été tout aussi populaire. Cet atelier a aussi été nommé l'activité numéro 1 au Centre Famille lors de notre grande consultation à l'automne.

En bref, l'activité a attiré **47** familles au total, dont des adeptes qui reviennent chaque semaine, avec petits et plus grands, pour chanter, lire et danser au son de la musique et de comptines.





## Répit parental :

Le répit parental s'organise en une matinée, rendue disponible pour des enfants accueillis seuls au Centre Famille. L'équipe et les bénévoles en présence prennent alors le relais des parents pour le temps de quelques heures et se chargent de veiller au bien-être et au plaisir de tous. Au programme : jeux, lecture, piscine à balles, collation, changes, et surtout, beaucoup de câlins et d'amour à partager ! Les petits, comme les plus grands, sont ainsi accompagnés au plus proche de leurs besoins et peuvent profiter de cet espace pour découvrir les joies de la socialisation en groupe restreint. Pour beaucoup, c'est une première étape - de taille ! - avant l'entrée en garderie (qui se fait parfois attendre plus longtemps que prévu) et nous nous assurons que celle-ci se passe en douceur et dans la bonne humeur.



De leur côté, les parents peuvent alors profiter d'une petite "pause", pour prendre un peu de temps pour eux, tout en ayant l'assurance et la confiance des soins assurés auprès de leurs petits en leur absence. Avec le répit, comme au travers de l'ensemble de nos activités, nous espérons donc, avant toute chose, développer l'idée et le sentiment d'une communauté d'entraide autour des familles. Le Centre Famille devient alors un véritable partenaire et allié pour celles-ci et s'inscrit de façon significative dans le réseau de soutien apporté aux parents.



Au cours de cette année, **37** matinées de répit parental ont été offertes.

Ce sont ainsi **45** familles qui ont pu en bénéficier et plus de **50** enfants qui ont été accueillis, avec joie et bienveillance.

## Cuisines interculturelles :

Des cuisines collectives existent depuis longtemps au Centre Famille. Cette année, l'équipe souhaitait mettre en œuvre une activité spécifique, qui rejoindrait des familles immigrantes et des familles québécoises. C'est ainsi que l'idée de cuisines collectives interculturelles a émergé et qu'une vingtaine de personnes ont pu participer à ce nouveau projet. Plus précisément, ce sont trois groupes de familles qui furent mis en œuvre, soit une cohorte au printemps 2022, une seconde à l'automne 2022, et une dernière entre décembre 2022 et fin janvier 2023.

### *En chiffres et statistiques :*

**22** familles participantes

**68%** représentaient des familles nouvellement arrivées (15/22),

**32%** étaient des familles québécoises ou immigrées de longue date (7/22).

*Représentation femmes/hommes* : 82% de femmes et 18% d'hommes.

*Provenance des familles* : 70% La Cité-Limoilou et 30% Ste-Foy/Sillery/Cap-Rouge.

*Pays représentés* : France, Colombie, Mexique, Espagne, Italie, Tunisie, Japon, Suisse, Iran et les Maritimes.

Bref, cuisiner ensemble est un prétexte. Selon le témoignage des participants, le projet favorisait, dans un contexte normalisant, des échanges, de la francisation, de l'entraide, et du ressourcement entre des familles vivant la parentalité avec des enfants de 0 à 5 ans.

Nous pouvons affirmer que les cuisines collectives interculturelles auront été un grand succès, permettant certainement d'agir en amont de problématiques et de briser le cycle de la vulnérabilité, de l'intolérance à la différence et d'ainsi, briser l'isolement.



## Coucou Maman ! et les Cercles Mamans-Bébés :

Destiné aux mamans d'enfants âgés de moins d'un an, le projet **Coucou Maman!** a pour mission première de briser l'isolement des mères, et de contribuer à la constitution ou à la consolidation de leur réseau de soutien matériel, psychologique et affectif.

Par le biais d'accompagnements individualisés, de références vers des ressources pertinentes et de services et réponses adaptés au plus proche des besoins des jeunes familles, le Centre Famille offre un support qui se veut ouvert, bienveillant et sans intention interventionniste.

Cette année, ce sont ainsi **19** jeunes mamans qui ont pu bénéficier d'un accompagnement **Coucou Maman!** À domicile ou au Centre Famille, autour d'un café ou en marchant dans le quartier, chacune a pu échanger autour de son expérience de la maternité et de tout ce que celle-ci peut impliquer de merveilleux, de défis, d'aventures et d'émotions.

Mais si la maternité se révèle une aventure unique et propre à chacune, le partage des ressentis, questionnements, doutes, trucs et astuces peut s'avérer un allié de taille pour les jeunes mères.

Guidée par cette intention et par l'importance de leur dédier un espace de parole, l'équipe du Centre Famille a pris la décision d'offrir un pendant plus collectif au projet Coucou Maman !

C'est ainsi que cet automne 2022 a vu naître les cercles **Mamans-Bébés**, moments d'échanges entre mamans, lors desquels chacune peut s'exprimer librement, avec l'assurance du respect et de la bienveillance des autres participantes.

Différents sujets liés à la parentalité sont ainsi abordés pour tenter d'apporter pistes de réflexion, réponses et apaisements autour des préoccupations maternelles actuelles.

Cette année, **10** cercles (chacun rassemblant en moyenne 4 à 5 mamans) ont été organisés, et des questions aussi variées que le sommeil, l'alimentation, la communication, les pleurs du tout-petit, la pression sociale, la conjugalité, les valeurs, les réseaux sociaux, la charge mentale, la matrescence ou encore le soin de soi et l'auto-compassion ont notamment été évoquées.



## Repas communautaires :

L'automne 2022 a aussi été marqué par le retour des repas communautaires au Centre Famille, après une période de pause due à la pandémie. Quel plaisir de se retrouver tous ensemble autour d'un bon repas ! Deux à trois jours par semaine, le dîner a ainsi été offert aux membres, pour un nombre total de **69** dîners communautaires !

Au cours de l'année, petits et grands se sont alors régalez de chili, pâté chinois, lasagne, soupes variées, pizza, dahl, omelettes, spaghetti, salades, végété-pâté, galettes maisons, etc. !



Mais qu'est-ce que c'est exactement, un repas communautaire au Centre Famille? Il s'agit d'un repas préparé sur place par l'équipe et offert gratuitement aux membres présents après l'activité du matin. L'aspect communautaire se vit dans le fait que les membres et l'équipe installent ensemble la salle pour le dîner, mangent, discutent et partagent ensuite les tâches d'entretien et de rangement qui suivent le repas.

Les retombées des repas communautaires se sont faites rapidement sentir dans l'ambiance et les liens qui se tissent au Centre Famille. Ces moments permettent aux familles d'être plus détendues et de profiter davantage de leur passage au Centre. Les membres n'ont plus à quitter à la hâte pour aller dîner à la maison. Ils peuvent vivre le moment présent avec leur(s) enfant(s) et les autres familles.

De plus, un bon repas chaud, c'est comme un baume sur le cœur des mamans et des papas. C'est un geste concret pour prendre soin des parents, qui eux, prennent soin de leur(s) petit(s) enfant(s), nuits et jours. De plus, le fait de partager un repas favorise la proximité et la convivialité entre les membres.

Nous avons alors senti que les discussions et les liens se créent plus facilement à partir du moment où les gens participent aux repas communautaires. Les membres restent aussi plus longtemps au Centre : plusieurs personnes qui dînent avec nous profitent ensuite des lieux jusqu'à l'heure de fermeture.

Concrètement, pour parvenir à offrir tous ces repas, l'équipe a réalisé trois journées de corvée de cuisine. Les mets confectionnés sont ensuite mis à congeler, pour pouvoir être utilisés dans les mois suivants.

## Services de ressourcerie et de prêts de livres et matériel :

Notre service de ressourcerie permet de donner aux familles un accès gratuit à des vêtements et matériels pour enfants, dès la naissance, mais aussi du linge et des accessoires pour femmes. Les nombreux dons et échanges offrent une grande quantité et variété de morceaux et en assurent la rotation régulière, pour le plus grand plaisir et dépannage de nos membres.



Le Centre Famille dispose également de nombreux livres, matériels, jeux et jouets, rendus accessibles aux familles par un service de prêt. Les membres peuvent ainsi par exemple emprunter imagiers, histoires pour enfants ou ressources pour adultes, mais aussi, jeux de société, casse-têtes, objets sensoriels, instruments de musique ou encore poussettes pendant quelques semaines.



## Activités spéciales :

*12 septembre 2022:* Journée Portes-Ouvertes et épluchette de blés d'inde

*Pâques 2022:* La Fondation du Musée de la Civilisation et Chocolats Favoris ont offert à plusieurs familles des boîtes cadeaux contenant de la fondue au chocolat, des moulages de chocolats, des coloriages et un abonnement famille annuel pour le musée

*28 mai 2022:* C'est dans la bonne humeur que nous avons participé pour une deuxième année aux Rendez-vous du communautaire organisés par Mobilisation Haute-Ville. Dans une ambiance festive de nombreux organismes de la Haute-Ville ont pu présenter leurs services à la communauté sur la rue Cartier.

*21 juin 2022:* Célébration des 20 ans du Centre Famille au parc Berthelot à la suite de notre AGA.



*Sorties* au Musée National des Beaux-Arts dans le cadre des ateliers *Apprentis artistes*.

*19 décembre 2022*: Fête de Noël.

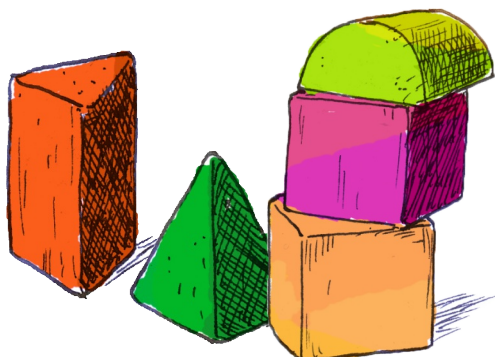
*6 novembre 2022*: Grâce à la Mobilisation des porteurs des droits de l'enfant, une dizaine de familles ont pu assister au spectacle de *Pierre et le loup* de L'Orchestre symphonique de Québec au Grand Théâtre.

*5 juin 2022*: Spectacle musical *Monstropolis* à la Salle Albert-Rousseau par l'Académie de danse *Nadia Desgagnés*.

*Jasette* avec Cléo, une des membres fondatrices, sur l'histoire du Centre Famille.

*Deux sorties hivernales* avec les familles.

*Deux journées de réflexion*.



## *Campagne d'autofinancement :*

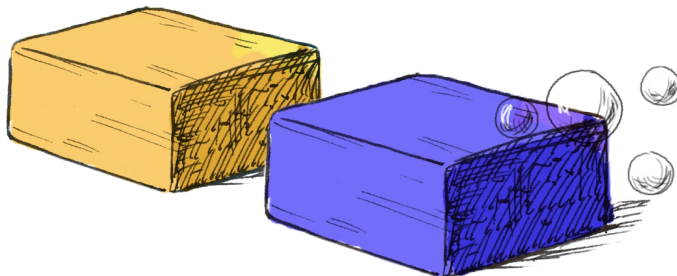
Cette année, le Centre Famille s'est associé à **Quai des bulles**, entreprise de confection de savons artisanaux à Kamouraska, qui propose une formule clé en main pour aider les organisations dans leurs activités d'autofinancement. Nous avons donc offert de jolis savons à nos membres, familles et amis, pour amasser des fonds qui contribueront à poursuivre notre mission.

Nous soulignons l'implication généreuse de **Sophie Pomerleau** qui a été une grande ambassadrice de cette campagne, avec le tiers des savons vendus à son actif. Merci Sophie !!!

Nous tenons également à remercier l'épicerie **Chez Scott**, ainsi que **La Molette**, de nous avoir soutenu pendant cette campagne, en offrant les savons à la communauté dans leurs commerces.

En tout, ce sont près de **400** savons vendus !!! Merci à toutes et tous pour votre soutien !!

**Quai des Bulles.ca**





Partenaires financiers :

**Famille**  
**Québec** 



IRC | *CN*  
INSTANCE  
RÉGIONALE DE  
CONCERTATION *Capitale-  
Nationale*

**Canada** 



**Québec** 



Et le programme SIPPE du :

**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale**  
**Québec** 

Comités et partenariats :



## *Tables de concertation et de représentations :*

Mobilisation des Porteurs des droits de l'enfant

Table en périnatalité

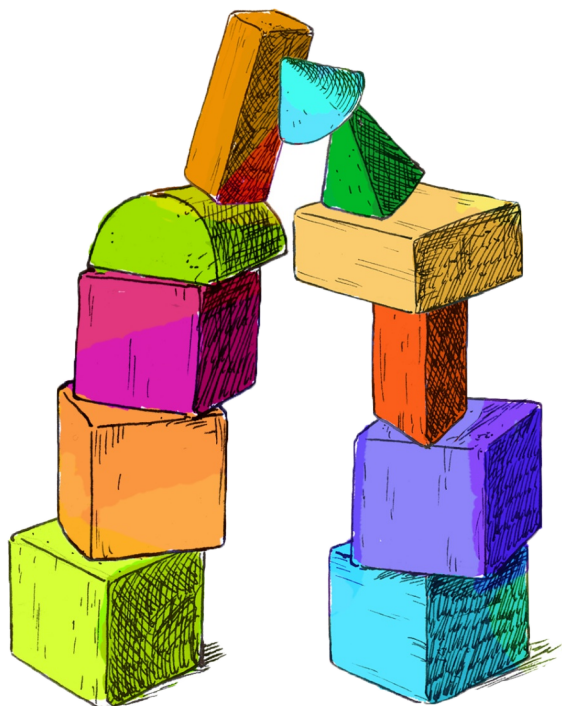
Table en sécurité alimentaire

Comité de gestion de MHV

Chantier enfance MHV

Conseil d'établissement de l'École Saint-Jean Baptiste

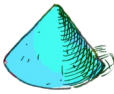
Projet IPECN (immigration petite enfance)



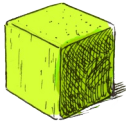
## Priorités d'action :



Développer de nouvelles activités en lien avec les besoins des familles (activités intergénérationnelles, davantage de répit, repenser les heures d'ouverture pour les familles ayant repris le travail...) et poursuivre la valorisation du Par et Pour



Continuer le travail de promotion et de partenariats pour rayonner davantage et rejoindre encore plus de familles



Aller de l'avant avec le projet de relocalisation pour avoir des locaux plus adaptés et pérennes



## *Notre conseil d'administration :*

Ariane Somma, *Présidente*

Chloé Corneau, *Trésorière*

Kélie Lamarre Bolduc, *Secrétaire*

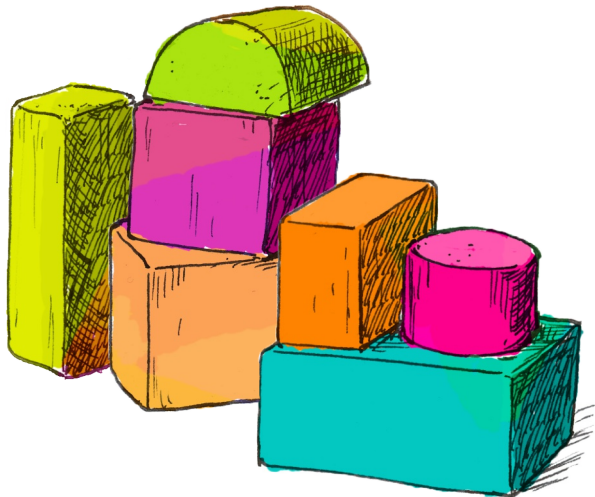
Céline Sebbag, *Administratrice*

Isabel Sanchez, *Administratrice*

Frédérique Lafleur, *Administratrice*

Valérie Lajoie, *Observatrice (jusqu'en décembre)*

Elizabeth Champagne, *Observatrice*



*Un immense merci à :*

**Ariane, Chloé, Kélie, Céline, Isabel et Frédérique**, nos administratrices, pour leur soutien, leurs réflexions et bien plus encore.

**Francine, Camille, Tanya, Sophie, Leydy, Audrey, Lilaya, Nassima, Seltana et Juliette** pour votre précieuse présence lors des activités.

**Françoise et Mélanie**, nos deux fabuleuses organisatrices communautaires.

**Cléo** pour avoir pris le temps de témoigner et de nous partager l'histoire du Centre Famille depuis ses tout débuts.

**Nordine** pour l'énorme soutien informatique.

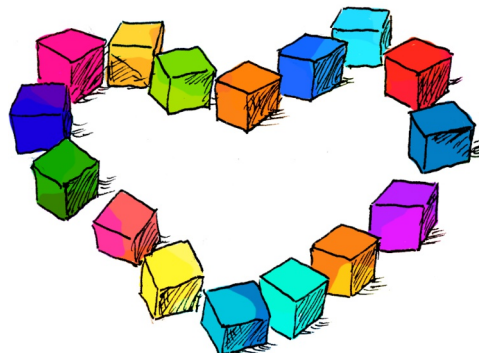
Ainsi qu'à **Sophie, Élisanne et Julianne** de l'Académie Saint-Louis, les "stagiaires" **Delphine et Andréanne** de l'université Laval, **Mélina** du Cégep de Lévis, **Éliane et Emma** du Cégep de Sainte-Foy.

À **Valérie**, pour son implication et son engagement tout au long de ces années, tant au sein de l'organisme que du conseil d'administration, tu as toute notre reconnaissance.

**Alexandre, Pierrot, Raphaël, Rémi, Pierre-Antoine et Thierry**, nos conjoints, toujours présents pour un petit coup de pouce, des rénovations ou un lift. Tant d'heures de bénévolat qui font toute la différence... *Merci !*

Un énorme *Merci*, également, à tous les **membres du Centre Famille**, qui contribuent à faire de notre milieu de vie un bel espace de soutien, d'entraide, de partage et de bienveillance.

C'est un privilège que de pouvoir partager ces petits bouts de vie avec vous.



Et pour finir, un très grand *Merci* à tous nos partenaires, invités et commandites, pour leur soutien et leur grande générosité : La Molette, l'Épicerie Scott, Épi'Fanny, Youpi et cie, La Montagne Dorée, Attaboy, Érico, À la soupe, Chocolats Favoris, les Loisirs du Faubourg, à Alex de la friperie de Cap-Rouge.



Chocolaterie créative  
Musée du chocolat



LA MONTAGNE DORÉE

## *La parole aux membres :*

« Le CFHV est véritablement un petit havre pour les familles. L'équipe est chaleureuse, attentionnée et professionnelle. La salle et le matériel sont supers pour les enfants, les activités motrices et de développement sont toujours bien adaptées à chaque enfant. Merci infiniment pour votre aide (répit familial) et pour la qualité de votre travail. »

(Jean-Michel, papa de Léandre)

« Merci au Centre Famille Haute-Ville de m'accueillir depuis 21 ans avec ma marmaille (les 6 ont fréquenté assidûment, scusez pardon) pour ventiler-normaliser-me déposer-souffler un peu-brailer souvent et rire beaucoup. Merci de m'accueillir pour boire un café et manger sul'bras-faire des activités magnifiques-rencontrer des familles trippantes et leurs turbulents et adorables loupiots-être vue et entendue par des adultes bienveillants-regarder mes enfants jouer dans ce bel environnement stimulant et sécuritaire-voir mes enfants rencontrer des adultes trippants et bienveillants et créer des liens de confiance avec eux-pis toute pis toute pis toute...

Merci aux équipes qui ont créé cette ressource splendide et presque parfaite à mon sens, et à toutes celles qui tiennent le fort depuis ce temps, vous passant le flambeau courageusement, pour assurer la suite des choses et faire vivre la mission. Merci.

J'ai pas de mots assez forts ou plus forts. Merci. »

(Cléo Samson, maman de Mégane, Jules, Étienne, Mahée, Antoine et Émile)

« Je tiens à remercier chaleureusement le Centre Famille pour tout ce qu'il a apporté à mon enfant Kamil, à moi-même ainsi qu'à mes deux grands enfants. Les éducatrices sont absolument exceptionnelles. Elles font preuve d'une attention, d'une bienveillance, d'un réconfort, de conseils et d'une confiance incroyable. Le Centre Famille regorge de qualités inestimables.

Je l'ai découvert à une période de ma vie où notre famille se retrouvait seule, après notre déménagement. Nous n'avons ni famille ni amis dans notre nouvel environnement. Le Centre Famille est devenu notre petite famille, notre rituel quotidien. Kamil a pu expérimenter la vie en communauté, entouré d'autres enfants et d'adultes bienveillants.



Il a appris tellement de choses : jouer, manger proprement en groupe, faire de la musique, et bien d'autres encore. Il a même pu bénéficier pendant les temps de garde d'un temps d'adaptation sans moi les vendredis matin, où il a pu découvrir de nouvelles choses sans être dans mes bras. Ces moments m'ont également permis de passer du temps seule avec mon conjoint, lors de ces matinées. J'ai également fait de belles rencontres avec d'autres parents.

Actuellement, j'ai trouvé une garderie pour mon enfant et j'ai dû reprendre le travail, mais une fois que l'adaptation de mon enfant à la garderie sera terminée, j'ai prévu de réserver une journée dans la semaine pour revenir au centre famille avec lui.

Nous avons tellement reçu au Centre Famille, je tiens à vous exprimer ma gratitude infinie. Merci du fond du cœur à toutes les personnes qui travaillent là-bas. Restez comme vous êtes, vous êtes parfaites. À très vite ! »

(Nassima, maman de Yacine, Leïna et Kamil)

« Maman d'un bébé de 9 mois, j'ai fréquenté le Centre Famille Haute-Ville pendant plusieurs mois et j'ai largement bénéficié de tous les services (jeux libres, éveil sensoriel, coucou maman, repas communautaire, répit parental, ressourcerie et cercle mamans-bébés) qu'il propose. Le centre m'a offert tout ce dont un nouveau parent peut rêver, à savoir un environnement très accueillant avec des travailleurs professionnels et toujours bienveillants, des installations adaptées aux bébés et à leur parent ainsi que des activités variées et ouvertes à tous. Nouvellement arrivée à Québec, j'ai apprécié le fait de pouvoir ainsi rompre l'isolement, mais pas seulement. Dans le cadre des cercles mamans-bébés, j'ai aussi pu parler avec d'autres mères de leur expérience de la parentalité. Le fait de voir évoluer et s'épanouir d'autres enfants plus âgés que le mien à travers les activités proposées m'a permis d'anticiper le développement de mon propre fils et les défis que j'aurai à relever. Et j'ai trouvé bon nombre de réponses sur le développement de mon bébé et son bien-être auprès des professionnelles qui y travaillent. Ces dernières ont une connaissance très fine des poupons et des enfants. Elles sont attentionnées, volontaires et dévouées. Les marches organisées dans le cadre du projet Coucou maman m'ont clairement aidée aussi bien sur le plan physique que mental. J'ai aussi pu préparer mon enfant à ses futurs débuts en garderie en le laissant quelques heures au répit parental, ce qui m'a permis par la même occasion d'avoir du temps pour moi. »

(Agnès, maman de Charles)

« J'adore la piscine à balles et la cabane pour lire les beaux livres avec les marionnettes. Mais la salle est trop petite.

A Kangourou, j'aime tout tout tout dans la salle de motricité (intervention de Victoria 3 ans : « Et Patricia ») mais je n'aime pas colorier, je préfère construire des choses avec de la colle. »

(Éléonore, 4 ans)

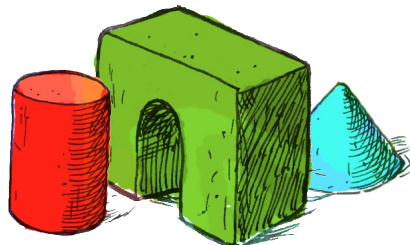
« Bonjour,

Je m'appelle Sofía, je suis mexicaine, je suis arrivée à Québec ça fait 9 ans. J'habite le quartier Montcalm et je suis mère d'un petit garçon de 14 mois de vie. Pour moi et ma famille, le Centre Famille représente la place pour aller trouver des parents qui vivent des situations semblables à nous, et un endroit où tu peux trouver du support émotionnel, bref c'est la place pour aller trouver de la compréhension, du courage et des idées des solutions pour les enjeux de parents. J'avoue que la première fois que on est allés, on ne savait pas à quoi s'attendre, car c'était une amie qui nous a parlé de façon très générale du centre famille. Puis, on a trouvé plus que ce qu'on cherchait ! Je tiens à remercier énormément tout l'équipe qui y travaille, elles sont vraiment géniales, et elles ont la capacité à changer la vie des familles avec tous les ressources qu'elles offrent. Merci Centre Famille!

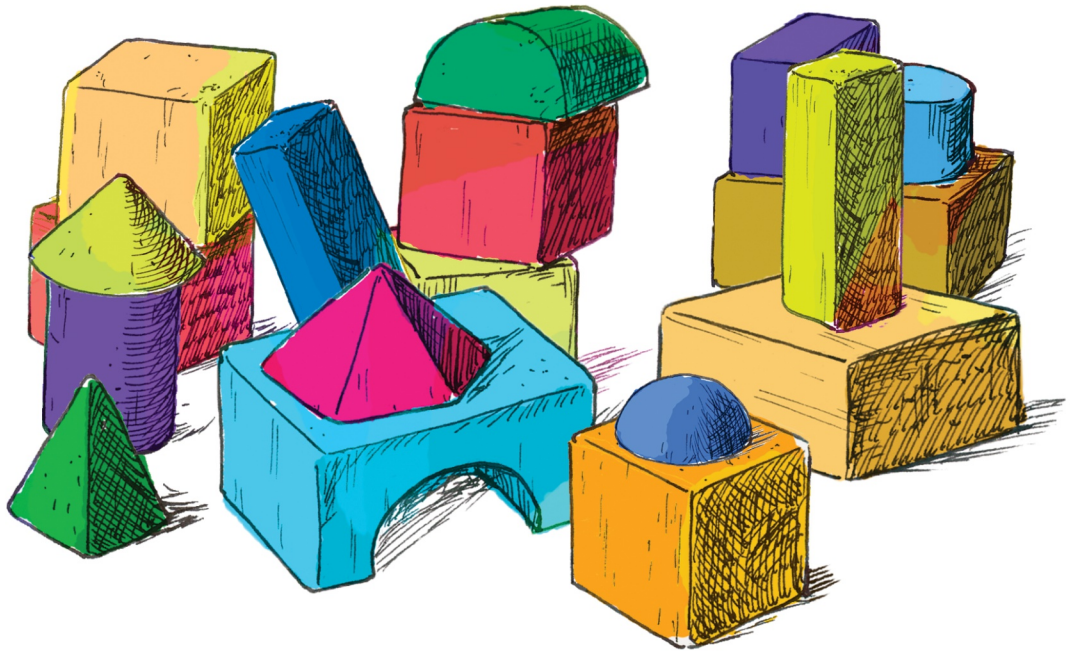
Merci encore et à bientôt ! »



(Juanito, Juan et Sofía)







la famille se tisse fil par fil

