

2024-2025

RAPPORT ANNUEL



Table des matières

| | |
|--|-----------|
| LA MQF EN BREF | 05 |
| MOT DE LA PRÉSIDENTE DU CA | 09 |
| MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE | 10 |
| FAITS SAILLANTS | 11 |
| SCHÉMA DE LA TRANSFORMATION SOCIALE DE LA MQF | 12 |
| SECTEUR FAMILLE | 13 |
| SECTEUR PETITE ENFANCE | 19 |
| SECTEUR JEUNESSE | 22 |
| SECTEUR ALIMENTAIRE | 28 |
| TABLEAUX RÉCAPITULATIFS | 33 |
| GOUVERNANCE | 37 |
| RÉSULTATS FINANCIERS | 38 |
| L'ÉQUIPE DE LA MQF | 39 |
| PLANIFICATION STRATÉGIQUE | 40 |
| VIE ASSOCIATIVE | 41 |
| IMPLICATION BÉNÉVOLE | 42 |
| CONCERTATION | 43 |
| NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES | 44 |
| COMMENT AIDER LA MQF? | 45 |

La MQF en bref

MISSION

La Maison de Quartier de Fabreville offre aux familles et aux membres de la communauté un lieu où ils peuvent se rencontrer et participer à des activités de **développement personnel** et **social**, de **prévention**, d'**entraide** et de **partage** afin d'améliorer leur qualité de vie.






Nos Valeurs

Ces valeurs guident nos actions au quotidien, assurant un milieu de vie inclusif pour nos employés, nos membres et nos partenaires.

-  **Équité**
L'équité se manifeste par la prise en considération des besoins, des capacités et du niveau d'engagement des personnes et des familles. C'est une forme de justice du partage.
-  **Solidarité**
La MQF croit dans le soutien mutuel pour le bien commun. Par leur engagement, les familles participent à la vie associative de la MQF et font passer l'intérêt collectif avant l'intérêt des individus.
-  **Engagement social**
La MQF croit que les personnes peuvent améliorer leur mieux-être et contribuer à l'amélioration de la vie communautaire.
-  **Respect**
Par ses pratiques, la MQF encourage les comportements qui protègent l'intégrité et la dignité des personnes tout en favorisant la compréhension mutuelle et l'inclusion sociale.
-  **Accueil**
Comme milieu de vie, la MQF prend le temps de recevoir la personne ainsi que de l'écouter, et de faciliter son intégration pour l'orienter et l'accompagner.


Objectifs généraux




Offrir aux familles de se rencontrer, d'échanger sur leur vécu et de réaliser leurs projets dans un endroit propice.



Permettre aux familles de participer aux activités et leur offrir des moments de répit.



Mettre à la disposition des familles, divers moyens susceptibles d'améliorer leur mieux-être en leur offrant, entre autres, des salles de réunion et de l'accompagnement.



Favoriser le rapprochement, les échanges et la collaboration entre les diverses familles, principalement entre celles du secteur de Fabreville et de Sainte-Rose pour ainsi contribuer à l'amélioration de la vie communautaire du milieu.

Nos Fondements

MILIEU DE VIE

Nous avons conçu deux espaces adaptés à nos activités : L'Espace Ados, un lieu dynamique où les jeunes peuvent socialiser, renforcer leur estime de soi et gagner en autonomie ; et le Pavillon Dagenais, qui accueille les secteurs Famille, Petite Enfance et Alimentaire, offrant un cadre chaleureux et des installations adaptées aux besoins de chacun.

Objectif: Soutenir les familles en brisant leur isolement, en les outillant dans leur rôle parental et en renforçant le lien parent-enfant. Le milieu de vie favorise également l'accompagnement des jeunes et des parents vers des ressources adaptées à leur cheminement personnel et familial.

ÉDUCATION POPULAIRE

L'apprentissage ne se limite pas à l'école. La MQF offre un espace d'échange et de réflexion pour encourager chacun à exprimer ses idées, s'impliquer et agir positivement sur son environnement.

Objectif: Encourager une meilleure compréhension des réalités familiales, développer l'analyse critique et inciter à l'engagement pour améliorer son milieu de vie collectivement.

ENRICHISSEMENT DE L'EXPÉRIENCE PARENTALE

Les activités de la MQF favorisent les échanges entre parents et leur permettent d'apprendre ensemble. Certains ateliers leur sont dédiés, d'autres réunissent parents et enfants, et certains sont réservés qu'aux enfants.

Objectif: Soutenir les parents, briser leur isolement et renforcer le lien avec leurs enfants. Elles favorisent aussi le développement des enfants et l'estime de soi des jeunes mères, tout en créant un réseau d'entraide entre parents.

Mot de la présidente du CA

Chers membres de notre communauté et chers bailleurs de fonds,

C'est avec grand plaisir que je vous présente le bilan de l'année écoulée. Cette année a été marquée par de nombreux défis, dont celui de la rétention du personnel. Conscients de son importance, nous avons révisé notre politique salariale pour offrir aux employés des conditions compétitives, incluant un plan d'avancement de carrière clair et un salaire équitable dès l'embauche. Cette initiative vise à valoriser notre équipe qui, au-delà de son dévouement pour la cause, mérite reconnaissance et stabilité.

Grâce à une précieuse subvention de la Ville de Laval, nous avons également revitalisé notre espace dédié aux adolescents. Ce lieu, désormais doté d'une cuisine fonctionnelle, offre un environnement chaleureux et adapté aux besoins des jeunes, favorisant leur sentiment d'appartenance.

Dans un souci d'efficacité, nous avons entamé un virage numérique afin d'optimiser nos opérations. Cette transformation nous permet de consacrer davantage de temps à notre mission essentielle : le bien-être de notre communauté. La demande pour nos services ne cesse de croître. C'est pourquoi nous redoublons d'efforts pour faire connaître nos ressources à tous ceux qui en ont besoin. Votre engagement est précieux et nous permet d'agir concrètement pour nos concitoyens. Nous voulons être une référence dans notre communauté. Rien de moins.

Je tiens à remercier chaleureusement Miriam Morin, notre directrice générale, Véronique Desrosiers, notre coordonnatrice, et toute notre équipe exceptionnelle. Leur passion et leur professionnalisme sont au cœur de notre succès. Un immense merci à nos bénévoles, bailleurs de fonds et membres du conseil d'administration dont le soutien constant rend ces réalisations possibles.

Ensemble, avec détermination et espoir, nous poursuivons cette belle aventure pour bâtir un avenir meilleur pour la communauté de Fabreville.

Avec mes sincères salutations,



Présidente du conseil d'administration

Mot de la directrice générale

Alors que l'heure est à la rétrospective, je ressens une immense fierté en vous présentant les réalisations de l'année écoulée. Guidés par notre planification stratégique, nous avons concrétisé de nombreux projets qui ont enrichi notre organisme et renforcé notre impact dans la communauté.

Pour mieux faire connaître nos services, nous avons instauré une nouvelle tradition lors de notre assemblée générale annuelle en juin. Sous un chapiteau dans la cour, cette rencontre s'est transformée en une fête familiale conviviale. Nous avons également collaboré à deux fêtes de quartier avec M'îles Lieux Ensemble, consolidant ainsi notre visibilité et revitalisant notre secteur famille.

Afin de renforcer l'expertise de notre équipe et de soutenir son développement, nous avons offert des formations axées sur le savoir-être, la communication, la résilience individuelle et organisationnelle et sur l'importance de la cohésion d'équipe. Sur le plan administratif, plusieurs politiques ont été révisées, dont celles concernant la prévention du harcèlement psychologique, la protection des renseignements personnels et la cybersécurité. Une politique de rémunération a été implantée grâce au soutien de Centraide et avec l'accompagnement de la firme PAIR, dans le but de favoriser la rétention du personnel et de rendre les conditions de travail plus attrayantes.

Un virage numérique a été amorcé avec la mise en place d'une nouvelle plateforme pour la gestion des adhésions. Avec le soutien financier de Centraide dans le cadre du programme DATAide, nous avons réalisé un projet nous permettant d'améliorer nos processus et la gestion de nos communications à travers l'utilisation optimisée des technologies de l'information.

En complémentarité au projet, nous avons reçu une aide financière non récurrente du CISSS de Laval qui a permis de renouveler le matériel informatique.

Côté infrastructures, nous avons réalisé plusieurs travaux pour offrir un environnement sécuritaire et accueillant : remplacement de la cuisinière pour les ateliers, amélioration des installations au sous-sol et modernisation de l'éclairage. Le secteur jeunesse a également bénéficié d'importants travaux, grâce au soutien financier de la Ville de Laval.

Je remercie chaleureusement nos membres pour leur implication; nos bénévoles pour leur dévouement; notre personnel pour son engagement exceptionnel; le conseil d'administration pour sa confiance; ainsi que nos précieux partenaires et donateurs pour leur soutien. Continuons sur cette belle lancée pour offrir encore plus aux membres de la communauté.



Directrice générale

Faits Saillants



832 Membres

94 Nombre d'activités différentes

969 Nombre d'activités cumulatives



Nombre de présences aux activités **6871**

Nombre de bénévoles **81**

Nombre d'heures de bénévolat **1446**

Nombre de familles utilisant la halte-garderie

83

Nombre de présences à la halte-garderie

1457

Nombre de kilos de denrées alimentaires reçues

11 745



Présences activités 6-12 ans **868**

Présences Semaine magique de Noël **171**

Présences d'adolescents **1541**

Nombre d'adolescents rejoints **219**

Présences Semaine de Relâche **261**



809 paniers

1866 personnes touchées indirectement

Heures de formation des employés

491

Heures de représentations et comités

186

Schéma de la transformation sociale de la MQF

Comment?

ACTIVITÉS

Milieu de vie

- L'Espace Ados
- Atelier parents-enfants
- Halte-garderie/Répit

Enrichissement parental

- Les matinées
- Les jeunes parents
- Y'APP
- Ateliers parents

Éducation populaire

- Cuisines collectives
- Dépannage alimentaire
- Groupes préscolaires
- Comités citoyens/membres

Pourquoi? (effets attendus)

COURT TERME

- Les participants brisent leur isolement
- Les participants connaissent les ressources du quartier
- Les participants ont accès à des repas équilibrés à un coût moindre
- Les participants augmentent leurs connaissances en lien avec leur développement personnel et social
- Les participants sont sensibilisés à divers sujets de la vie courante
- Les participants partagent leurs connaissances entre eux (par et pour)
- Les participants sont outillés selon leur étape de vie

MOYEN TERME

- Les participants créent un réseau social, d'entraide, un lien d'appartenance
- Les participants utilisent les ressources du quartier
- Les participants s'impliquent et s'engagent bénévolement dans les activités et/ou la vie associative et démocratique de l'organisme
- Les participants renforcent leur estime de soi
- Les participants développent leurs habiletés sociales, personnelles et globales

LONG TERME

- Les participants créent des liens d'amitié
- Les participants créent un lien d'appartenance avec la MQF
- Les participants développent leur autonomie
- Les participants se créent des souvenirs
- Les participants renforcent leur pouvoir d'agir (se mettent en action)

Secteur Famille

Grâce au programme de soutien financier du **ministère de la Famille**, il est possible d'offrir aux familles une réponse adaptée à leurs besoins. L'approche personnalisée des intervenantes favorise l'accueil, le respect et une réelle ouverture sans préjugé. Cet accompagnement crée la confiance dans les interactions permettant l'épanouissement des familles et le développement des enfants. Nos activités encouragent la création d'une communauté solidaire, où les familles collaborent et partagent leurs expériences. En participant à ces moments d'échange et de découverte, chaque participant trouve des outils, des idées et un précieux soutien pour améliorer sa qualité de vie tout en contribuant à une vie communautaire enrichissante.



Ces activités, dans un contexte de milieu de vie, favorisent le partage et la collaboration.

À travers les activités ludiques qui semblent anodines, on sous-estime les retombées sur le participant. Que ce soit à l'intérieur d'ateliers comme le **Bricolage** qui semble être seulement un espace créatif, nous observons le développement de nouvelles habiletés, mais aussi, l'estime de soi. Ces activités dans un contexte de milieu de vie favorisent le partage et la collaboration, ce qui permet de développer les compétences relationnelles contribuant ainsi à la transformation sociale. Par exemple : une participante qui a assisté à un atelier de fabrication de bracelets a pu poursuivre cet apprentissage à la maison, ce qui lui a permis de créer sa propre collection. Nous observons dans cet exemple que la participante a développé beaucoup de fierté et d'autonomie en pouvant offrir des présents aux gens qu'elle aime tout en respectant ses contraintes budgétaires.

L'activité **Viens prendre un café** est un moment d'échange au sein duquel les mères partagent principalement leur vécu parental, leurs difficultés et leurs préoccupations au quotidien. L'intervenante s'assure que l'activité soit plus qu'une causerie en mettant en place un cadre sécurisant qui favorise les confidences. Par exemple : une mère, après avoir fait un témoignage touchant, s'est sentie libérée d'une charge émotive. Les autres mères présentes ont su lui offrir une ouverture et une écoute de qualité, qui lui ont permis d'atténuer son sentiment de culpabilité. En poursuivant la discussion, le groupe a partagé différentes avenues à expérimenter. Voici donc un bel exemple du pouvoir d'agir.

L'atelier **Mon enfant et ses émotions** est aussi un moment d'échange et de partage sur la gestion des émotions. Cet atelier structuré avec des thèmes bien précis a rejoint à 75 % des pères de famille. Cette forte participation masculine est un indicateur d'un réel besoin pour les hommes de partager leur vécu familial. L'organisme offre aussi les ateliers **Jeunes parents** et **Parent, mode d'emploi** qui ont pour objectif la reprise du pouvoir sur leur vie.

Secteur Famille

Les ateliers favorisent l'enrichissement de l'expérience parentale, l'estime de soi tout en réduisant l'isolement. Une mère de famille de trois enfants a témoigné : *“Depuis mon dernier accouchement, je me sens plus craintive de sortir et de côtoyer d'autres personnes autres que les membres de ma famille immédiate. Grâce à la MQF, j'ai retrouvé de l'assurance en moi, car je rencontre plusieurs gentilles personnes qui m'aident à me sentir à l'aise. Je participe aux activités et ateliers, ce qui m'encourage à sortir de la maison. J'ai même commencé des études à distance pour me perfectionner, et parfois, pour ne pas rester à la maison, je me rends à la MQF pour faire mes travaux. Ainsi, je peux me concentrer, car je sais que mon petit dernier est entre de bonnes mains à la halte-garderie avec les formidables éducatrices. J'adore cet endroit!”*

L'organisme a l'opportunité de bénéficier de l'expertise de précieux collaborateurs comme **La Maison Marie-Marguerite** qui est venue offrir des ateliers sur la charge mentale et le lâcher-prise. Les participants ont apprécié, car ils sont repartis mieux outillés en ajoutant ainsi de nouveaux trucs à leur boîte à outils.

La clinique dentaire communautaire **Sourires solidaires** est aussi venue sensibiliser les enfants, avec des jeux et des activités pratiques, à l'importance de prendre soin de leurs dents. Elle permet aussi aux parents de poser toutes leurs questions sur l'hygiène bucco-dentaire de leurs enfants. Cette approche permet un moment de qualité parent-enfant très précieux dans le contexte où les parents manquent de temps.

L'atelier **Bébé tendre bougeotte** pour les enfants âgés de 0 à 12 mois est un atelier parent-enfant. Le parent enrichit ses connaissances à travers différentes thématiques comme le développement psychosexuel, la communication et le langage, la place de l'autre parent, les pleurs du bébé et l'introduction à la nourriture solide. Ces apprentissages renforcent la confiance du parent dans son rôle parental. De plus, le parent apprend différents exercices de stimulation visant le développement global du bébé à reproduire à la maison. Un atelier de préparation de purée a été intégré au volet éducatif. Il a été animé par deux **nutritionnistes du CISSS de Laval**. Cette activité a permis aux nouveaux parents d'avoir des réponses aux questions concernant l'alimentation de leur bébé. Ils ont appris de nombreux trucs et astuces d'une saine alimentation.

La présence de notre partenaire en allaitement maternel, **Nourri-Source Laval** vient bonifier l'atelier grâce à son expertise en allaitement et en périnatalité. Il s'agit véritablement d'une valeur ajoutée et d'un bel exemple de la contribution d'un partenaire à la réalisation des activités.

L'atelier **L'aventure de lire** a été animé par madame Sophie Girard du **Centre de services scolaires de Laval**. L'objectif se veut inclusif en invitant des participants de tous les horizons. Il a aussi plusieurs buts, dont celui de susciter l'intérêt pour la lecture et d'initier le goût à l'écriture. La rédaction collective d'histoires, sous forme de nouvelles, a permis aux participants de renforcer leur estime de soi. Il s'est dégagé de cet exercice collectif, une grande fierté notamment chez les personnes doutant de leurs capacités à rédiger.

Secteur Famille

Les membres nous ont demandé d'organiser des activités de **Yoga** et de **Zumba**. La personne responsable de la planification des activités était de prime abord perplexe face à cette demande qui semblait ne pas correspondre aux objectifs de nos fondements. Finalement, il a été constaté qu'en étant à l'écoute des membres, ces activités répondaient à des besoins sous-jacents. Au-delà des amitiés qui se sont tissées, ces activités deviennent un réel moyen de s'évader de la pression de la vie quotidienne. Ces activités deviennent une soupape au stress quotidien, ce qui permet aux parents d'être plus calmes et disponibles avec les enfants au retour à la maison.

Les services et activités que nous offrons sont essentiellement choisis à partir des demandes de nos membres. Ce sont nos membres qui nous orientent sur leurs besoins.

Tout au long de l'année, le milieu de vie propose des services et des activités qui favorisent l'épanouissement des familles et le développement des enfants. L'objectif principal des ateliers parents-enfants est d'offrir un moment de qualité et ainsi renforcer le lien.

Les ateliers **Grimaces et cabrioles** sont riches d'enseignement. Ils servent à stimuler le développement langagier et moteur, à susciter des discussions entre parents et à partager leurs doutes. Les différents aspects du développement global sont stimulés en utilisant diverses stations éducatives. En participant à l'activité, les parents sont en mesure d'identifier la progression de leur(s) enfant(s).

Les ateliers parents-enfants **Destination pacifique**, d'une série de cinq rencontres, visent à améliorer les discussions en utilisant les outils de la communication bienveillante. Apprendre à écouter les autres et à s'écouter sont les principaux thèmes explorés. Destination Pacifique est un atelier spécifiquement sur la communication positive améliorant les interactions entre tous les membres de la famille. Ce qui a permis de rendre les parents plus confiants envers leur rôle parental tout en optimisant les pratiques parentales.

Une famille a partagé l'impact positif de l'utilisation de ces outils: la mère a constaté une amélioration dans les échanges entre les membres de sa famille. Les filles ont compris les divers rôles parentaux, entre autres, qu'il y a une différence entre la maman et la mère et entre le papa et le père et également de l'importance pour leurs parents d'avoir du temps pour eux et du temps en couple. L'intégration de la communication bienveillante a transformé la dynamique familiale.

Grâce au **Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval**, l'organisme a pour une deuxième année consécutive bénéficié d'une allocation non récurrente de 9 239 \$ afin de soutenir la réalisation des activités de développement des pratiques parentales. Cette aide financière a pu permettre à plus de 35 familles dont 49 enfants, pour un total de 151 présences, de participer à des ateliers grâce à la mise en place d'une programmation adaptée, comme les ateliers **Bricolage et délices**, **Grimaces et cabrioles**, **Destination pacifique**, **À table avec papa!** et **Mon enfant et ses émotions** contribuant à l'enrichissement de l'expérience



Secteur Famille

parentale. Les ateliers parents-enfants et les ateliers en famille ont solidifié les liens, consolidé le rôle du parent en plus d'augmenter sa confiance. Les familles bénéficient ainsi d'un moment privilégié de qualité tout en brisant la routine quotidienne. De plus, ils favorisent l'implication du père dans des activités familiales à l'extérieur de la maison.

Étant fier partenaire de la **Route de la paternité**, il est essentiel de promouvoir le rôle du père dans la famille. Nous croyons que celui-ci a autant besoin de soutien que la mère dans les défis quotidiens. Étant conscient de la difficulté des hommes à partager ce qu'ils vivent, l'activité culinaire **À table avec papa!** est un prétexte plaçant le père et l'enfant dans un contexte d'échange qui facilite les interactions.

Dans l'objectif de pérenniser les activités déjà offertes et d'accroître l'accès aux familles au sein de l'organisme, l'offre de services est ainsi adaptée et suggère des activités de soir spécifiquement pour les pères, pour les parents-enfants et pour les enfants de 6 à 12 ans. Elles sont aussi variées que les activités de bricolage, de cuisine, d'aide aux devoirs et de développement personnel et social.

L'atelier parents-enfants **Bricolage et délices** combine bricolage et activité culinaire pour créer des moments magiques et de qualité en famille. Il offre la possibilité de s'exprimer artistiquement, de développer autant la dextérité que la créativité ainsi que la persévérance à finaliser un projet.

En l'honneur de la **Journée internationale des droits de l'enfant**, une **Oeuvre collective** a été proposée aux familles. Ce projet artistique a pour but de promouvoir les droits des enfants. Dans un premier temps, un arbre a été créé avec les mains de tous les enfants. Dans un deuxième temps, les participants sont sortis à l'extérieur avec des affiches afin de valoriser la journée du 20 novembre. Ce rassemblement **Ensemble pour nos enfants** est un bel exemple de revendications communes que la MQF soutient.





Secteur Famille

Le **Pique-nique de la rentrée** est une tradition où les familles sont invitées à célébrer le retour des vacances. C'est l'occasion pour les enfants de se retrouver et de jouer ensemble pendant que les adultes échangent et s'informent sur la programmation automnale de la MQF. Pour tous les participants, c'est un moment favorable pour socialiser et partager sur leurs vacances d'été et leurs projets de la rentrée.

La **Sortie aux pommes** rassemble petits et grands lors d'une belle journée extérieure dans un verger. Les familles ont beaucoup apprécié la cueillette de pommes, la visite de la mini-ferme et le pique-nique. Cette journée a un impact positif sur l'ensemble des membres de la famille ainsi que sur la qualité des relations entre les enfants et leurs parents.

Autre tradition, la **Semaine magique de Noël** a pour but de créer un environnement qui reproduit les festivités du temps des fêtes. À travers les classiques comme la présence du père Noël, les décorations, les cadeaux, les sucreries et diverses activités, les familles vivent la magie de Noël. Une mère immigrante avec ses deux enfants dont la famille est à l'extérieur du pays a exprimé sa gratitude de lui offrir, à elle et ses enfants, cette opportunité de briser l'isolement en festoyant en groupe.

La **Semaine de la relâche** est aussi l'occasion de briser l'isolement. Les parents apprécient la gratuité des activités, car sans ces services les enfants resteraient à la maison. L'activité la plus prisée est la **Cabane à sucre**, car la plupart des familles n'ont pas les moyens d'y aller. C'est une activité de groupe qui débute dès le rassemblement des participants pour un départ en autobus. La journée se poursuit avec la visite de la ferme, les glissades, le repas et la tige d'érable sur neige. Cette année en particulier, la présence d'un DJ a su créer une ambiance festive sur le plancher de danse. Petits et grands ont vivement apprécié cette journée familiale unique.

L'activité de la cabane à sucre est soutenue financièrement par **Bingo des Galeries Laval inc.** C'est donc plus de 94 personnes qui ont pu profiter de cette journée exceptionnelle.

La **Journée blanche** est une activité de glissades sur tube. Celle-ci permet aux parents de prendre le temps d'aller jouer dehors avec leurs enfants. Elle encourage l'activité physique en plein air et en groupe dans un décor de carte postale. Mais surtout, elle contribue à enrichir l'expérience parentale à travers des échanges entre participants. Aussi, cette activité favorise le développement d'un réseau d'entraide. Enfin, les parents apprennent à se faire confiance, à rendre les aléas de la vie quotidienne en situations positives où le parent retrouve le plaisir dans son rôle parental.

La réalisation de la mission de la MQF est rendue possible grâce au soutien financier provenant du Programme à l'action communautaire auprès des familles du **ministère de la Famille (MFA)**.

Secteur Famille

Ensemble à ta manière est un projet d'aide aux devoirs. Il s'agit d'ateliers permettant aux jeunes de 6 à 12 ans d'accomplir leurs devoirs et leçons tout en ayant recours à l'aide nécessaire à la réussite scolaire. Ces ateliers sont animés par des intervenantes qualifiées et accompagnées d'étudiants inscrits dans un programme scolaire de bénévolat. L'implication des adolescents bénévoles permet aux jeunes d'avoir recours à différentes approches pour les seconder puisque chaque personne a sa propre manière d'expliquer les matières. Le but des ateliers est d'utiliser des ressources, des outils et même des stratégies différentes, afin d'aider les jeunes à apprendre selon leurs propres types d'apprentissages. L'aide aux parents est également proposée afin d'apporter le soutien nécessaire auprès de leurs enfants.

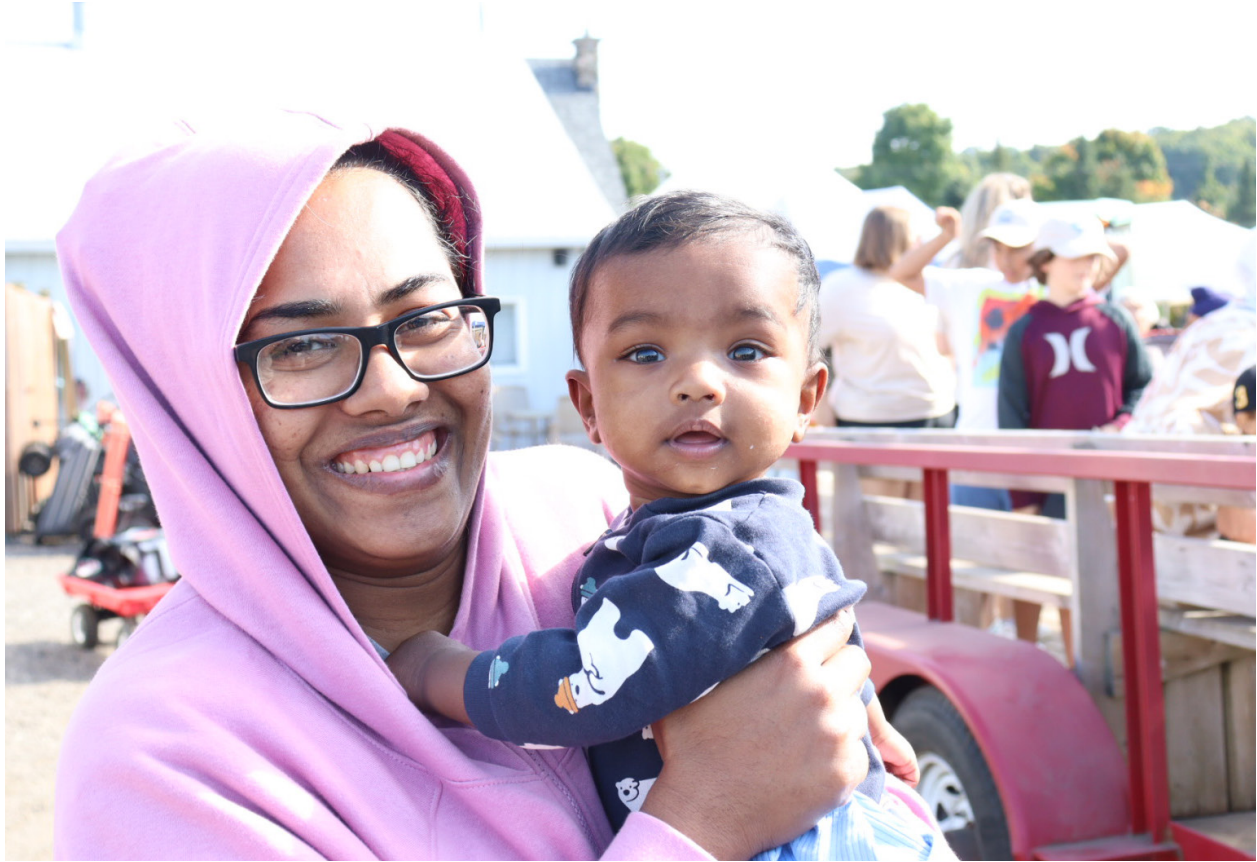
Remerciements particuliers au **Regroupement lavallois pour la réussite éducative (RLPRE)**, pour son précieux appui financier pour le projet « Ensemble à ta manière ».

Les ateliers **Propulsion** visent la connaissance, l'affirmation et l'estime de soi des enfants âgés de 6 à 12 ans. Par des activités ludo-éducatives inspirées du monde spatial, les enfants sont amenés à découvrir leur potentiel et leurs forces. Une jeune fille a confié à l'intervenante qu'elle se sentait plus en confiance lors des examens grâce à ces rencontres.

Le projet **Piège à mots**, a été conçu par **Édu Gopro** et la **Bibliothèque de Laval** dans le but d'offrir un soutien en rattrapage scolaire. Cette belle collaboration a permis aux enfants de 6 à 12 ans de faire un bon rattrapage scolaire par le biais de multiples jeux éducatifs. Inspiré des jeux d'évasion avec des charades, l'approche renforce leurs compétences en mathématiques et en vocabulaire.



Secteur Petite Enfance



Grâce au programme de soutien financier aux activités de halte-garderie communautaires du [ministère de la Famille](#), la MQF est en mesure d'offrir aux familles des interventions et des services de qualité et ce, gratuitement.

Le secteur de la petite enfance propose un lieu chaleureux et sécuritaire pour les enfants de 0 à 5 ans, ce qui permet aux parents de prendre un temps de répit ou de participer aux activités de l'organisme. Étant donné que les éducatrices s'assurent que les tout-petits sont bien encadrés et en sécurité, les parents peuvent bénéficier d'un réel répit ou faire de nouveaux apprentissages. Ce fonctionnement favorise la participation des parents et des enfants à des interventions spécifiques.

La halte-garderie communautaire est ouverte du lundi au vendredi avec deux plages horaires disponibles pour les familles soit, une en avant-midi et une en après-midi. Ce filet de sécurité aide et soutien les parents et les enfants. Le local de la [halte-garderie](#) a été rénové offrant ainsi un environnement sécuritaire et accueillant. C'est dans ce lieu propice et accompagné d'éducatrices expérimentées que les enfants

Secteur Petite Enfance

participent à des activités variées qui soutiennent leur développement global : émotionnel, physique, social, moral, cognitif et linguistique. Ce cadre stimulant et ludique leur permet de s'épanouir pleinement.

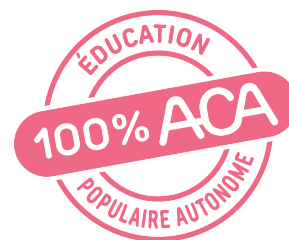
« Nous sommes une famille cubaine de nouveaux arrivants, avec le grand défi d'apprendre un mode de vie différent, une nouvelle langue, etc. Mon mari et moi avons deux enfants. Nous avons trouvé géniale l'opportunité pour mon petit garçon d'aller à la halte-garderie de La Maison de Quartier de Fabreville. Mon petit garçon y va depuis environ trois mois. Je dois dire que les éducatrices sont très gentilles, elles donnent chaque jour tout leur amour aux enfants et leur apprennent beaucoup de choses. Aujourd'hui, mon enfant apprend le vocabulaire français, développe des habiletés et apprend à s'intégrer aux autres enfants. Ma famille et moi sommes très reconnaissants. »

Le programme **Brindami** a été développé par le **Centre de Psycho-Éducation du Québec**. Il a pour objectif le développement des habiletés sociales chez les 0 à 5 ans. À travers une histoire racontée par une marionnette, les enfants développent la communication, l'empathie et la collaboration.

L'activité de **L'heure du conte** est intégrée lors des périodes de la halte-garderie. Les éducatrices ont toujours beaucoup de plaisir à animer cette activité qui favorise le développement, la curiosité et l'imagination. Elles sont témoins de situations très cocasses où les enfants s'expriment en toute spontanéité créant ainsi des moments de plaisir en groupe. En plus de se faire raconter des histoires par le biais de jeux, de l'art dramatique et de bricolages, les compétences langagières sont stimulées.

« Nous sommes très satisfaits du service de la halte-garderie. Vous êtes à l'écoute des enfants. Notre fils a fait de gros progrès au niveau de la parole et il a fait des progrès aussi sur l'écoute des consignes. »

Le programme **Vers la maternelle** vise à préparer les enfants au parcours scolaire. Il a pour objectif de favoriser le développement de leurs habiletés sociales, de leur estime de soi et du respect des autres. La particularité de ce service est de mettre l'accent sur la motricité fine, la discipline et l'apprentissage du langage pour assurer une transition scolaire réussie. La stabilité du groupe permet de faire un accompagnement individualisé adapté aux défis spécifiques de chaque enfant. Les enfants apprivoisent les apprentissages en y trouvant du plaisir. En groupe, ils développent le goût d'apprendre tout en respectant des règles. Certains ateliers sollicitent la participation des parents en vue d'accompagner les enfants vers une transition plus fluide tandis que les éducatrices accompagnent les parents dans cette étape qui peut être anxiogène.



Secteur Petite Enfance

L'atelier parents-enfants **Éveil à la lecture** offert en partenariat avec le **Centre de services scolaires de Laval**, a deux objectifs en lien avec la promotion de la littéracie auprès des familles. Le premier est de favoriser le développement cognitif et émotionnel des enfants. Le deuxième est de soutenir et d'outiller les parents dans le rôle parental. Le choix des livres et des activités a été fait dans le but de stimuler l'intérêt littéraire dès le bas âge. La participation des parents renforce le lien entre ceux-ci et leurs enfants.

« Chaque mercredi après-midi, je partageais un moment précieux avec mes enfants lors des activités de lecture organisées par les éducatrices de la halte-garderie. J'aimais observer leurs apprentissages évoluer semaine après semaine à travers des activités variées et bien pensées. Même lorsque mes enfants restaient silencieux, je découvrais à la maison qu'ils avaient retenu bien plus que je ne le pensais. Ces moments enrichissants, remplis de joie et d'écoute, ont été une belle expérience que nous avons beaucoup appréciée. »

Dans le cadre de la **Journée internationale des droits de l'enfant**, en collaboration avec la **Ville de Laval**, l'heure du conte intitulée **Mes petits droits** a été animée par une comédienne et médiatrice culturelle. Parents et enfants de la halte-garderie ont pu en apprendre davantage sur les droits des enfants à travers d'amusantes activités.



Secteur Jeunesse



À l'été 2024, la MQF a aménagé le secteur jeunesse que les jeunes ont baptisé l'**Espace Ados**. Les locaux, généreusement prêtés par la Ville de Laval, sont situés au Centre culturel Montrougeau.

L'Espace Ados est un milieu de vie permettant aux adolescents de briser l'isolement, de vivre des expériences de groupe positives, saines et agréables. C'est un espace de rencontres et d'échanges où les jeunes peuvent développer leur sentiment d'appartenance à leur communauté et cultiver des habitudes de vie favorisant leur bien-être et leur santé mentale.

L'approche des intervenantes jeunesse encourage les jeunes à pousser leurs réflexions, à exprimer leurs opinions et à faire des choix éclairés afin de les soutenir vers le passage à la vie adulte. Par exemple, l'activité **Ados Bouffe** est un atelier de cuisine pour les 12 à 17 ans. Le contexte initie des situations où le jeune doit travailler en équipe, collaborer à la préparation du repas et prendre des initiatives. Ceci lui permettant d'apprendre à développer de nouvelles compétences, à cuisiner et à développer son autonomie. Le fait d'assumer des responsabilités et de réaliser des recettes contribue à augmenter la confiance ainsi que l'estime de soi. Le soutien financier de **Centraide du Grand Montréal** a permis de réaliser des activités culinaires et d'offrir de copieuses collations santé tout au long de l'année.

L'atelier **Pattes et partage** est animé par une zoothérapeute et son chien, Maestro. Avec les jeunes, elle a exploré différentes stratégies de gestion de stress, de l'anxiété et des émotions. Le but étant d'outiller les jeunes à faire face à différentes circonstances stressantes de la vie. Un jeune nous a témoigné du bienfait de l'atelier.

« J'ai ben aimé le chien pis avec les exercices je gère mieux mon stress surtout avant les examens. C'est cool! »

L'**Atelier de musique** offre aux jeunes une opportunité d'apprentissage de la musique avec accès à divers instruments. Les cours sont supervisés par un professeur expérimenté au niveau musical et ces cours sont offerts hebdomadairement dans le but de créer un engagement et de développer la passion. Afin de soutenir



Secteur Jeunesse

la démarche et d'intervenir au besoin auprès des jeunes, les intervenantes sont toujours présentes. Leurs observations permettent d'identifier les besoins, les forces et les défis à travailler avec eux.

De plus, cet atelier permet aux jeunes de développer leurs compétences musicales, d'améliorer leur estime de soi et de découvrir de nouveaux intérêts en les initiant à la musique tout en solidifiant leurs acquis. L'apprentissage d'un instrument leur permet de développer la rigueur, la persévérance, la discipline et l'expression artistique. Cette activité transforme le temps libre des jeunes en opportunité d'apprentissage les initiant à un loisir sain et positif. Elle favorise aussi l'inclusion de tous les jeunes sans égard à leur situation financière étant donné que l'activité est gratuite.

L'atelier de créativité a pour but de développer le sens artistique des jeunes, leur autonomie et leur expression de soi. À travers différents projets personnels et collectifs, ils ont l'opportunité de développer leur créativité tout en ayant la fierté de réaliser un projet. Dans le cadre de cet atelier, ils participent aussi à la décoration du local lors des fêtes thématiques favorisant leur implication et leur sentiment d'appartenance.

C'est grâce au **Programme de soutien financier aux organismes communautaires (PSOC)** que la MQF est en mesure d'offrir aux adolescents un lieu dédié à leurs besoins. Cette précieuse aide financière du **CISSS de Laval** permet d'assurer aux adolescents un milieu de vie sécuritaire supervisé par une équipe d'intervenantes engagées. Ce soutien financier permet aussi à l'organisme de réaliser pleinement l'orientation 4 de sa planification stratégique. Celle-ci vise à favoriser le développement de projets à long terme qui peuvent éveiller des passions chez les jeunes, stimuler leur créativité, développer de saines habitudes de vie et augmenter l'estime de soi les aidant à créer et à solidifier leur lien d'appartenance à un groupe et à une communauté.

En présence des intervenantes jeunesse, lors de la **Fête de la Saint-Jean-Baptiste** les jeunes ont festoyé en groupe brisant ainsi le sentiment d'isolement. Le milieu sécuritaire de la fête a permis à certains jeunes, plus introvertis, de prendre le risque de développer de nouveaux liens.

La **Soirée d'Halloween** quant à elle offre aux adolescents un moment festif où leur créativité et leur engagement social sont sollicités. Les jeunes sont impliqués dans la préparation ainsi que dans le déroulement de la soirée. Ils font des choix d'animation en fonction de leurs préférences. En plus de créer un fort lien d'appartenance à l'Espace Ados, cette soirée propose une alternative amusante et originale à la tradition du porte à porte.

Secteur Jeunesse

Dans le contexte social où parfois les jeunes proviennent de familles éclatées, les activités de la **Semaine magique de Noël** permettent à plusieurs d'entre eux de vivre des moments de qualité dans l'esprit des Fêtes. Ils nous ont d'ailleurs témoigné leur gratitude envers le plaisir ressenti d'être en groupe, de vivre le partage et d'avoir l'impression d'être en famille.

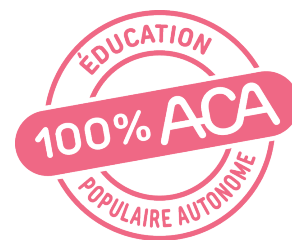
Lors de la **Semaine de la relâche**, l'horaire est adapté pour offrir des activités de jour. En s'ajustant aux besoins, ce lieu de rassemblement donne l'opportunité aux jeunes de briser l'isolement et aussi d'éviter qu'ils flânent dans les parcs avoisinants. La programmation de la semaine a été planifiée par et pour les jeunes, lesquels ont été encouragés à s'impliquer dans le choix des activités et des sorties; telles que le **Biodôme, Zone 15, Soirée 5@tard**. L'implication des jeunes à une prise en charge du milieu fait partie intégrante de l'action collective de transformation de celui-ci.

Les jeunes ont exprimé leur reconnaissance à l'égard des intervenantes pour leur écoute active et leur confiance. De plus, ils ont souligné que l'expérience leur avait permis de renforcer leur estime de soi. Plusieurs autres activités telles que les **Glissades d'eau**, le **Mini-golf**, la **Cueillette de bleuets** et la **Sortie sur l'eau** ont permis aux jeunes de vivre des expériences enrichissantes de groupe. Les objectifs visés sont principalement de promouvoir l'activité physique, de briser l'isolement et de développer les compétences relationnelles. Sous l'aspect ludique de ces sorties, les jeunes ont su faire progresser leurs habiletés sociales. Plusieurs jeunes nous ont témoigné que s'ils n'avaient pas eu l'opportunité de ces sorties, ils auraient passé leur temps dans leur chambre à 'chater' sur leur cellulaire.



La MQF a reçu du **Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval** une allocation non récurrente pour le projet **Prévention du tabagisme et du vapotage chez les jeunes**. Cette aide financière a pu soutenir l'organisme dans la réalisation des activités pour la prévention du tabagisme et du vapotage chez les jeunes. Ce qui a permis d'offrir l'atelier **L'envers de la vape**, qui vise à déconstruire les fausses croyances sur le vapotage et son prétendu lien avec la réduction de l'anxiété. Cet atelier permet l'enseignement de techniques de gestion du stress et encourage la demande d'aide. Il sensibilise les jeunes du secondaire aux dangers du tabac et du vapotage, tout en motivant les consommateurs à envisager l'arrêt. Plusieurs jeunes ont tenté d'arrêter de vapoter dans les semaines suivant l'atelier, démontrant l'impact de celui-ci. Il est difficile d'identifier le nombre de jeunes rejoints par ce projet, car le travail d'éducation et de sensibilisation se poursuit toujours.

Au mois de juin, les **visites des classes de 6e** sont organisées dans le but de faire connaître les ressources du quartier à la jeune relève. Une visite guidée de l'Espace Ados permet aux élèves de 6e année de découvrir les nombreux services favorisant la socialisation et l'épanouissement offerts par la MQF.



Secteur Jeunesse

La Maison de Quartier de Fabreville est très fière d'être associée au programme **Aire Ouverte**. Aire Ouverte est un service essentiel visant à faciliter l'orientation des jeunes vers les services appropriés.

L'Espace Ados est reconnu comme une station Aire Ouverte où une de nos intervenantes jeunesse est identifiée à titre d'agente de liaison. Le travail de repérage de l'agente de liaison est soutenu par l'expertise d'une intervenante du programme présente dans nos locaux une fois par mois.

Lors d'activités informelles avec l'intervenante du programme, celle-ci échange avec les jeunes dans le but de créer un lien de confiance afin d'encourager à faire appel aux différents services spécialisés du **CISSS de Laval**. Plusieurs jeunes affirment se sentir soutenus et rassurés sachant qu'ils peuvent obtenir de l'aide si nécessaire. Cette collaboration renforce le filet social et le bien-être des jeunes fréquentant l'organisme. Lors des plages horaires ouvertes offrant la disponibilité de l'intervenante, plus de 112 présences ont été enregistrées.

Cette année a été marquée par la priorisation du démarchage. Par exemple, une présentation des services a eu lieu dans une école partenaire, réunissant une vingtaine de professionnels œuvrant auprès des jeunes. Cette initiative a donné l'occasion de faire connaître l'objectif de la station Aire Ouverte. Ainsi, les intervenants scolaires sont en mesure de référer les jeunes vers les services de la MQF.

Lors de la **Semaine lavalloise de l'engagement**, notre agente de liaison a mené des actions de démarchage. Elle a visité quatre milieux éducatifs (trois écoles secondaires et un centre professionnel), ce qui a permis de sensibiliser plus de 630 jeunes à l'existence de la station Aire Ouverte à l'Espace Ados.

En concertation, plusieurs rencontres du comité Aire Ouverte ont été organisées avec les agents de liaison dans le but d'optimiser les services et de développer des projets communs. Un comité directeur se réunit également quatre fois par an pour ajuster les stratégies d'intervention et améliorer l'accessibilité aux ressources.

La MQF tient à remercier le **Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval** de nous permettre d'être un fier partenaire du programme Aire Ouverte. Les objectifs de ce programme sont complémentaires aux services du secteur jeunesse de l'organisme. Cette alliance assure le bien-être des jeunes!

Le projet **La force du rêve** est une murale collective pour les droits de l'enfant. Il s'agit d'une initiative de la **Ville de Laval dans le cadre de son 60e anniversaire**. Le but de l'atelier de médiation artistique était d'amener les jeunes à réfléchir sur un ou plusieurs de leurs droits. C'est avec grand enthousiasme que nous avons participé en sollicitant différents groupes d'âge au processus créatif et éducatif.

Les enfants de trois à cinq ans ont participé à la création d'un projet artistique pour la **Journée internationale des droits de l'enfant**. Six stations ont été aménagées, chacune représentant une personnalité marquante

Secteur Jeunesse

ayant contribué aux droits des enfants. Avant d'entamer la phase de peinture, les enfants ont été amenés à comprendre le contexte d'injustice propre à chaque figure emblématique, favorisant ainsi une meilleure interprétation artistique. Cette approche a permis aux tout-petits d'exprimer leur compréhension des droits de l'enfant de manière créative.

Une discussion sur la thématique des droits de l'enfant a été engagée avec les enfants de 6 à 12 ans lors de l'atelier d'aide aux devoirs. Inspirés par la proposition de la **Ville de Laval**, les jeunes ont exploré le parcours de six figures historiques et contemporaines ayant contribué à l'amélioration des conditions de vie des enfants. L'activité a suscité un fort intérêt, menant à des échanges riches et pertinents. En clôture de cette rencontre, un collage collectif a été réalisé permettant aux enfants de matérialiser visuellement les valeurs et messages discutés.

Les adolescents de 12 à 17 ans ont également été impliqués à travers un atelier créatif. Ils ont exploré leurs droits en tant que personnes mineures. Les échanges ont mis en lumière la préoccupation d'un sentiment d'inégalité entre filles et garçons et d'une perception du manque d'écoute de la part des adultes à leur égard. Cet atelier a permis de stimuler leur pensée critique et d'encourager une communication plus constructive avec leur entourage. Après une discussion sur leur perception des droits, ils ont exprimé leurs réflexions à travers une œuvre collective.

Ces différentes initiatives ont contribué à sensibiliser davantage les jeunes quant aux droits de l'enfant, tout en leur offrant des moyens d'expression adaptés à leur tranche d'âge. Une belle réussite dans notre mission d'éducation populaire qui s'adresse aux personnes de tous âges.



Soutien financier de la Ville de Laval: Un milieu de vie amélioré pour la jeunesse de Fabreville

Dans le cadre de son programme de soutien financier à la consolidation des organismes en développement social, la Ville de Laval a accordé à la MQF une subvention de 76 500 \$. Ces fonds ont été entièrement alloués à la rénovation de notre secteur jeunesse afin d'offrir aux jeunes un environnement à la fois sécuritaire, accueillant et adapté à leurs besoins.

Le cœur du projet de rénovation a porté sur la modernisation de la cuisine afin de la rendre plus fonctionnelle et ergonomique. Grâce aux travaux réalisés, l'Espace Ados est désormais en mesure d'accueillir un plus grand nombre de participants aux ateliers culinaires et d'élargir l'offre de services. La nouvelle disposition facilite l'organisation et l'animation des ateliers ainsi que la tenue de soupers communautaires, renforçant ainsi l'apprentissage des jeunes et leur engagement dans la vie collective. Une amélioration majeure a également été apportée à la disposition des salles : une ouverture entre la salle de billard et la grande salle a été modifiée pour y intégrer de grandes portes en bois suspendues à un rail en fer noir. Ce changement permet une plus grande polyvalence et modularité des espaces selon les besoins des activités.

Au-delà des améliorations matérielles, ce projet s'inscrit pleinement dans les objectifs de notre planification stratégique, notamment dans l'orientation 4 visant à renforcer et à structurer le secteur jeunesse pour en faire une référence dans le milieu.

Cette orientation met de l'avant deux objectifs majeurs:

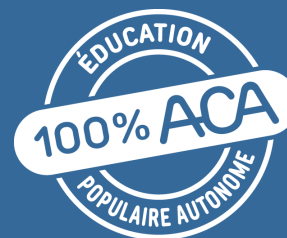
1. **Développer des projets à long terme** pour encourager la créativité, promouvoir de saines habitudes de vie, renforcer l'estime de soi et favoriser l'intégration sociale des jeunes.
2. **Poursuivre l'implantation d'une identité propre au secteur jeunesse** en créant un espace qui leur est dédié et qui répond à leurs attentes.

La modernisation des locaux renforce l'organisme en permettant d'offrir des services et des activités mieux

adaptés aux besoins des jeunes. L'aménagement repensé crée un véritable milieu de vie où ils peuvent se retrouver, tisser des liens et évoluer dans un cadre sécurisant et stimulant. L'amélioration de la cuisine, en particulier, facilite la mise en place d'ateliers culinaires et de soupers communautaires qui jouent un rôle essentiel dans le développement personnel des jeunes. Ces activités leur permettent d'acquérir des compétences pratiques, de renforcer leur autonomie, de briser l'isolement et d'accroître leur confiance en eux. Dans un contexte où les adolescents sont confrontés à des défis, l'Espace Ados offre un cadre bienveillant et structurant où ils peuvent être accompagnés par des adultes significatifs dans leur parcours vers l'autonomie.

Grâce à ces rénovations, l'Espace Ados représente maintenant un endroit de rencontre et d'échange où les jeunes peuvent vivre des expériences positives, développer leur sentiment d'appartenance à leur communauté et cultiver des habitudes de vie favorisant leur bien-être et leur santé mentale.

Nous remercions la Ville de Laval pour son soutien essentiel qui permet d'avoir un impact concret et durable sur la jeunesse de notre quartier.



Secteur Alimentaire

Les services et les activités en lien avec la sécurité alimentaire répondent aux trois fondements d'un organisme famille soit, l'éducation populaire, le milieu de vie et l'enrichissement de l'expérience parentale.

Ces services et activités prennent la forme d'ateliers de **cuisine collective**, de **formation**, de **cuisines thématiques**, d'**exercices de préparation de menus**, de **dépannage alimentaire**, d'**implication de stagiaires en nutrition** et de **bénévoles**.

Les ateliers de **Cuisine collective** permettent aux participants d'améliorer leur condition sociale et économique. Entre autres, en améliorant la qualité de l'alimentation chez les familles à faible revenu, mais surtout, ces ateliers sont un réel moyen de transformation sociale. En venant cuisiner, les participants acquièrent plusieurs compétences liées à leur développement. Cette activité de groupe encourage les habiletés sociales car les participants se retrouvent en situation d'apprentissage. La participation au choix des menus, le partage des tâches, l'entraide et l'écoute des autres font partie du principe de l'éducation populaire.

Deux participantes ont exprimé qu'en venant aux ateliers de cuisine collective, elles ont désormais suffisamment confiance en elles pour cuisiner des repas à la maison. Chose qu'elles ne faisaient pas auparavant, car elles achetaient des aliments prêts à manger.





Secteur Alimentaire

Le soutien financier de **Centraide du Grand Montréal** pour les activités du programme en sécurité alimentaire nous a permis de réaliser, entre autres, plus de 102 activités éducatives en alimentation et plus de 3280 portions. Ce volet éducatif favorise l'autonomie des familles et des jeunes qui désirent améliorer leurs conditions de vie.

Les ateliers **Cuisine ton panier** a pour objectif d'apprendre à cuisiner les denrées alimentaires (dons du **Centre de bénévolat et Moisson Laval**) reçues lors du dépannage alimentaire. Ils permettent aux participants d'apprendre à composer un menu en utilisant les aliments reçus en don. Cette démarche d'éducation populaire favorise l'apprentissage, l'autonomie, la connaissance de saines habitudes alimentaires et la gestion du panier d'épicerie.

Un homme a témoigné qu'avant de participer aux ateliers, il ne mangeait aucun légume, il mangeait toujours les mêmes aliments soit, des produits transformés du magasin à 1 \$. Les ateliers l'ont sensibilisé à manger plus sainement. Il mange maintenant des repas maison qu'il a appris à cuisiner. Il a aussi mentionné que depuis qu'il cuisine, il a plus d'énergie, a retrouvé le goût de vivre et a découvert une réelle passion pour la cuisine. Il aimerait s'inscrire à un programme de formation pour devenir chef cuisinier.



Ce témoignage est un très bel exemple de cheminement personnel et de transformation sociale. De fait, cet homme venait chercher un panier alimentaire aux deux semaines. Ensuite, il s'est engagé à titre de bénévole au sein de la MQF et par la suite, l'intervenante l'a encouragé à se joindre au groupe de **Cuisine ton panier**. Toute cette évolution lui a permis de briser l'isolement, de prendre soin de sa santé et de découvrir une motivation à se prendre en main.

Cette année, l'activité **Cuisine à thème** abordait plusieurs thématiques différentes : cuisiner avec les pommes, avec la citrouille, comment faire du pain, préparer une bûche de Noël et des éclairs au chocolat, décorer des biscuits de Saint-Valentin et préparer des recettes marocaines.

La thématique de décorer les cupcakes de Noël avait la particularité d'être une cuisine parents-enfants où les liens se sont renforcés dans un cadre ludique. Tandis que la cuisine avec la thématique marocaine avait pour but de mettre les participants en situation d'autonomisation. Ils ont été invités à prendre en charge toutes les étapes de sa réalisation. L'activité a été un franc succès. Les participants ont pris leur rôle très au sérieux et

Secteur Alimentaire

ont eu énormément de plaisir. Plusieurs éléments de décoration ont été apportés pour dresser la table, dont une nappe et de la vaisselle marocaine. La musique marocaine a agrémenté l'ambiance allant même jusqu'à initier la danse après le repas. En constatant le succès de cette activité qui a contribué au pouvoir d'agir des participants, il a été décidé de reprendre cette formule pour la programmation de la prochaine année.

L'atelier **Cuisine des stagiaires** est une activité ponctuelle initiée par deux stagiaires étudiantes au baccalauréat en nutrition. Leur expertise est une valeur ajoutée à notre objectif d'éducation. Le thème abordé était l'importance d'une saine hydratation en privilégiant l'eau et en expliquant les méfaits des boissons sucrées. À la suite de cet atelier, trois capsules vidéo informatives ont été créées et diffusées sur nos réseaux sociaux. Un dépliant éducatif a également été produit et distribué.

Animé par une nutritionniste du **Groupe Promo Santé Laval**, l'atelier **Cuisinons ensemble** a offert aux participants l'occasion unique de bénéficier des conseils d'une professionnelle de la santé. L'activité était divisée en deux volets : un théorique et l'autre pratique. Le volet théorique présentait les informations nécessaires à la planification des repas, à l'économie, à la lecture des étiquettes et à la conservation des aliments. Tandis que, la partie pratique permettait aux familles de mettre ces notions en application tout en cuisinant ensemble. Les enfants ont découvert de nouveaux aliments, tandis que les parents ont découvert des astuces concrètes pour adopter une alimentation saine et durable.

L'atelier **Gourmets juniors** a été créé à la demande des parents et des enfants participant à **Cuisinons ensemble**. Destiné aux enfants de 6 à 12 ans, cet atelier leur permet d'apprendre à utiliser des outils de cuisine et des appareils de manière sécuritaire, sous la supervision de leurs parents. Les enfants ont acquis des compétences pratiques telles que l'utilisation sécuritaire d'un couteau, la cuisson des œufs et des muffins. L'atelier a favorisé la participation active des enfants, qui ont également contribué au ménage. Les enfants ont exprimé leur enthousiasme et souhaitent que l'atelier soit reconduit avec de nouvelles techniques l'année prochaine.

L'atelier **Pâtisserie-boulangerie** est animé par une cheffe pâtissière, en partenariat avec le **Centre de services scolaires de Laval**. L'activité est une initiation qui permet d'acquérir des notions de base en pâtisserie. La cheffe fait une démonstration et par la suite les participants préparent eux-mêmes les recettes. L'atelier a été unanimement apprécié pour les techniques apprises et pour l'excellente animation. Une participante a exprimé que l'atelier répondait à son besoin de socialisation et de développement personnel, en dehors de son rôle de maman et qu'il lui avait fait grand bien.

L'atelier ponctuel **Journée nationale des cuisines collectives** a célébré l'importance des cuisines collectives au sein de la communauté. Les participants ont préparé des soupes et des brownies en pot. Des échanges ont eu lieu sur les bienfaits de cuisiner et de partager en groupe. Une participante a exprimé que grâce à sa participation aux activités de cuisine collective, elle avait développé de l'assurance pour cuisiner, et que cette assurance a contribué à consolider son rôle de mère.

Secteur Alimentaire

Différents comités de membres sont formés dans le but de s'approprier leur milieu de vie et développer leur pouvoir d'agir. Par exemple, le groupe des cuisines collectives se rencontre une fois par mois afin de planifier les menus et l'organisation des tâches.

Cuisine ta boîte à lunch, est une activité très appréciée et financée par la **Fondation OLO**. Les lundis soirs, parents et enfants apprennent à choisir des aliments sains et faciles à cuisiner. En plus du volet éducatif, c'est un moment d'interaction constructif et ludique entre parents-enfants.

Les allocations du **Programme de soutien aux organismes communautaires** dédiées aux activités spécifiques de cuisine collective et de dépannage alimentaire sont un précieux soutien financier qui permet de soutenir les familles à faible revenu du quartier. Entre autres, avec ce financement nous avons offert pour la période des Fêtes 25 paniers de Noël, d'une valeur totale de 5000 \$. Au cours de l'année, nous avons aussi été en mesure de distribuer plus 784 paniers alimentaires à 139 familles différentes. Au total, c'est plus de 1711 personnes cumulatives (soit 474 personnes différentes) qui sont indirectement touchées par nos paniers alimentaires (famille de ceux qui viennent chercher les paniers, enfants ados, autres adultes). Nous avons été en mesure de bonifier les paniers en achetant des aliments frais comme de la viande, des légumes et des produits laitiers. Les familles ainsi que nos bénévoles ont grandement apprécié la bonification des paniers de provisions distribués dans le cadre du dépannage alimentaire.

Les services et activités sont planifiés dans le but de favoriser l'implication des membres. Lors du dépannage alimentaire, les membres participent à décharger le camion, à préparer les paniers alimentaires et à les distribuer. En plus, le lendemain ils viennent cuisiner les denrées qu'ils ont reçues.

Le service de **Dépannage alimentaire** a pour objectif de fournir un soutien aux personnes et aux familles en situation d'insécurité alimentaire. Il s'agit d'un service de première ligne qui met à contribution les bénéficiaires à la préparation et distribution des denrées. L'entraide favorise la création de liens de solidarité tout en faisant émerger le goût de s'engager dans la communauté. Les demandes d'aide étant en constante croissance de la part des familles, la MQF a réorganisé la fréquence de la distribution de paniers pour mieux répondre aux besoins des membres. Le **Centre de bénévolat et Moisson Laval** est un précieux partenaire dans la distribution d'aliments et son soutien est plus que jamais indispensable.



Secteur Alimentaire

Le service de dépannage alimentaire est la porte d'entrée pour l'accès à des services et activités qui contribueront à soutenir les personnes à une prise en charge de leurs besoins. L'intervenante communautaire rencontre les individus, discute avec eux de leurs difficultés et propose diverses avenues pouvant les aider à accéder vers une plus grande autonomie.

Par exemple, un jeune homme de 20 ans qui était très impliqué dans le bénévolat a exprimé à l'intervenante le fait de ne pas savoir quoi faire de sa vie. D'un commun accord, des rencontres exploratoires ont été planifiées afin d'identifier ses intérêts et ses forces. La démarche a permis au jeune homme de prendre conscience qu'il a le pouvoir d'agir sur sa vie. Dans les différentes options suggérées, il a choisi de prendre rendez-vous au Centre d'emploi pour s'informer des formations disponibles. Par la suite, le jeune homme a été accepté au programme de formation en construction.

Cet exemple n'est pas un cas isolé. En effet, le service de dépannage et l'implication des bénéficiaires permet à l'intervenante de discerner les besoins de chacun d'entre eux. On observe que c'est souvent pour le bénéficiaire une des premières étapes à franchir dans son processus de prise en charge, et ce, tout en étant accompagné. Soit par le référencement, la connaissance des ressources disponibles ou par la participation à divers ateliers.



TABLEAUX RÉCAPITULATIFS

Secteur Famille

Enfant | Adolescent | Adulte

| Activités | Présences | Femmes | Hommes |
|--|-----------|-------------|-------------|
| Viens prendre un café | 3 | 3 | - |
| Pique-nique de la rentrée | 17 | 1 5 | 11 0 |
| Éveil à la lecture | 110 | 40 41 | 28 1 |
| L'aventure de lire | 10 | 0 9 | 1 0 |
| Bébé tendre bougeotte | 114 | 34 1 62 | 13 0 4 |
| Jeunes parents + Parent, mode d'emploi | 69 | 1 68 | |
| Yoga | 156 | 1 154 | 1 0 |
| Bricolage | 408 | 5 398 | 5 0 |
| Sortie aux pommes | 69 | 15 33 | 18 3 |
| À table avec papa! | 5 | 1 0 | 2 2 |
| Conférence Sourires Solidaires | 9 | 2 4 | 3 0 |
| Oeuvre collective: droits de l'enfant | 15 | 3 7 | 5 0 |
| Mon enfant et ses émotions | 4 | 1 | 3 |
| Piège à mots | 25 | 18 | 7 |
| Bricolage et délices | 106 | 37 35 | 29 5 |
| Destination pacifique | 26 | 15 8 | 2 1 |
| Grimaces et cabrioles | 66 | 9 2 0 | 24 0 31 |
| Propulsion | 24 | 19 | 5 |
| Aide aux devoirs | 417 | 280 | 137 |

Secteur Famille

Enfant | Adolescent | Adulte

| Activités | Présences | Femmes | Hommes |
|------------------------------------|-----------|-------------|-------------|
| Semaine magique de Noël | 163 | 60 55 | 44 4 |
| Journée blanche (Glissades) | 50 | 14 2 14 | 16 1 3 |
| Zumba | 55 | 55 | - |
| Atelier charge mentale | 4 | 4 | - |
| Atelier lâcher-prise | 5 | 5 | - |
| Conférence entrée à l'école (CSSL) | 2 | 2 | - |
| Ensemble pour nos enfants | 8 | 8 | - |
| Semaine de la relâche | 239 | 84 2 70 | 70 2 11 |

Petite Enfance



| Activités | Présences | Femmes | Hommes |
|------------------------------------|-----------|--------|--------|
| Halte-garderie | 1457 | 812 | 645 |
| Brindami | 62 | 38 | 24 |
| Heure du conte | 104 | 59 | 45 |
| Vers la maternelle | 157 | 93 | 64 |
| Mes petits droits (Heure du conte) | 9 | 5 | 4 |

Secteur Jeunesse

| Activités | Présences | Femmes | Hommes |
|----------------------------------|-----------|--------|--------|
| L'envers de la vape | 13 | 5 | 8 |
| Soirée Saint-Jean (fête) | 11 | 4 | 7 |
| Visite des classes de 6e année | 120 | 60 | 60 |
| Pattes et partage | 33 | 16 | 17 |
| Sorties récréatives | 17 | 11 | 6 |
| Créativité: droits des enfants | 6 | 3 | 3 |
| Ateliers de musique | 44 | 15 | 29 |
| Party d'Halloween | 14 | 8 | 6 |
| Semaine magique de Noël des ados | 16 | 6 | 10 |
| Aire Ouverte | 112 | 49 | 63 |
| Local Ados | 969 | 370 | 558 |
| Ados-Bouffe | 141 | 67 | 74 |
| Atelier Créativité | 23 | 12 | 11 |
| Semaine de la Relâche | 22 | 13 | 9 |

Secteur Alimentaire

Enfant | Adolescent | Adulte

| Activités | Présences | Femmes | Hommes |
|--|-----------|---------|-----------|
| Cuisine des stagiaires | 3 | 3 | - |
| Cuisinons ensemble | 87 | 27 28 | 32 0 |
| Les gourmets juniors | 27 | 14 6 | 6 1 0 |
| Journée nationale des cuisines collectives | 3 | 3 | - |
| Pâtisserie-boulangerie (CSSL) | 66 | 66 | - |
| Pommes et gourmandises | 5 | 5 | - |
| Les mains à la pâte | 4 | 4 | - |
| Citrouilles et saveurs | 7 | 7 | - |
| Bûches de Noël | 9 | 9 | - |
| Les petits pâtisseries (Cupcakes de Noël) | 11 | 2 5 | 4 0 |
| Cuisine collective | 130 | 130 | - |
| Cuisine ton panier | 78 | 74 | 4 |
| Dépannage alimentaire | 784 | 571 | 173 |
| Paniers de Noël | 50 | 29 | 21 |
| Pâtisserie éclairs au chocolat | 8 | 8 | - |
| Cuisine marocaine | 5 | 5 | - |
| Biscuits Saint-Valentin | 11 | 5 4 | 2 0 |
| Cuisine ta boîte à lunch | 73 | 35 23 | 15 0 |

Gouvernance

La MQF est un organisme d'action communautaire autonome. Le conseil d'administration et les membres décident, de façon libre et autonome, sans contraintes externes. Les administrateurs proviennent de la communauté et sont membres de l'organisme. Le conseil d'administration assure une saine gouvernance et veille au respect des bonnes pratiques comptables. Lors des réunions, il y a toujours à l'ordre du jour un point concernant l'analyse des finances et le respect des prévisions budgétaires. **Les membres du conseil d'administration se sont rencontrés 11 fois au cours de l'année financière.**

LES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Dominique Tremblay

présidente

Responsable approvisionnement,
secteur municipal

Mirna El Laz

vice-présidente

Participante, mère de famille de
Fabreville

Daniel Rochon

trésorier et secrétaire

Retraité (carrière secteur public)

Nathalie Cardinal

administratrice

Vice-présidente, secteur privé

Amélie Cloutier

administratrice

Enseignante, secteur scolaire

Vanessa Dubois

administratrice

Avocate, secteur municipal

Normand Lemay

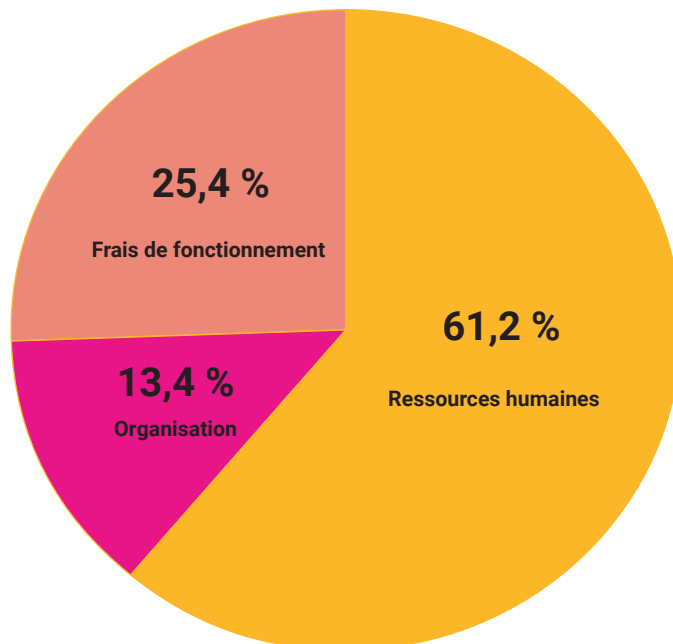
administrateur

Retraité (carrière secteur privé)

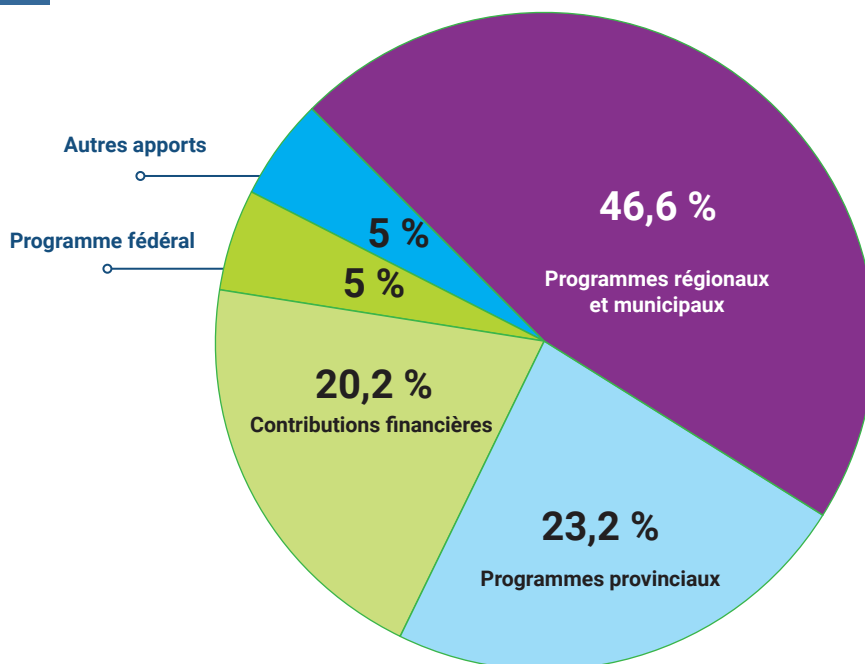


Résultats Financiers 2024-2025

RÉPARTITION DES CHARGES



RÉPARTITION DES PRODUITS



Notre Équipe

Équipe

- Miriam Morin, directrice générale
- Véronique Desrosiers, coordonnatrice
- Claudine L'Heureux, secrétaire-réceptionniste
- William Ahouma, agent de communication
- Nancy Gurevich, éducatrice halte-garderie
- Nahla Attalah, éducatrice halte-garderie
- Genny Merino, animatrice communautaire
- Marie-Josée Marotte, intervenante famille
- Angelica Bédard-Fayle, intervenante jeunesse
- Maélie Laquerre, intervenante jeunesse
- Julie Vermette, intervenante jeunesse

Stagiaires

- Catherine Dulac-Houle, Technique d'éducation spécialisée
- Ibtissam Afkir, Baccalauréat en nutrition
- Maë Lachance, Baccalauréat en nutrition



Planification Stratégique 2023-2026



L'élaboration de la planification stratégique a été réalisée de manière démocratique avec les administrateurs, les employés, les membres, les bénévoles et les partenaires. Ils ont été consultés afin de faire ressortir quatre grandes orientations.

| PLAN D'ACTION 2024-2025 | ACTIVITÉS RÉALISÉES EN 2024-2025 |
|---|---|
| <p>AXE 1 : Augmenter la notoriété et la visibilité de La Maison de Quartier de Fabreville pour assurer une meilleure compréhension de nos services et de notre mission auprès de la population de Laval, des partenaires, des organismes communautaires et des donateurs potentiels.</p> | <p>Augmentation de notre présence sur les réseaux sociaux Révision du processus d'accueil des nouveaux participants Production d'articles pour revues et sites de nos partenaires Visites des classes de 6e année à l'Espace Ados Maintenir nos kiosques d'informations chez différents partenaires Augmentation des collaborations</p> |
| <p>AXE 2 : Poursuivre le développement de l'équipe et accroître son expertise sur le plan professionnel et humain pour répondre aux besoins de notre clientèle.</p> | <p>Deux activités de groupe avec Ax Conseil Ateliers et rencontres auprès du personnel pour améliorer la cohésion d'équipe Fête des vacances été Fêtes des vacances de Noël Deux semaines des petites douceurs pour les employés Lac à l'épaule Programme de formation en continu Dîners de consolidation d'équipe</p> |
| <p>AXE 3 : Revitaliser le secteur famille pour assurer son développement futur et préserver sa mission première.</p> | <p>Développement d'activités pour les 6 à 12 ans Développement d'activités père / enfant Ajout d'activités en soirée pour les familles</p> |
| <p>AXE 4 : Revitaliser le développement du secteur jeunesse pour devenir une référence.</p> | <p>Mise sur pied du projet l'Espace musical Exploration d'activités sportives / saines habitudes de vie</p> |



Vie Associative

Afin d'entretenir une vie associative et démocratique, chaque année en juin les membres sont invités à participer à l'assemblée générale annuelle pendant laquelle le rapport d'activités, les états financiers audités et les prévisions budgétaires sont présentés et adoptés par les membres.

Pour l'édition 2024, ce fut le grand retour de l'assemblée générale annuelle en présentiel. Après la pandémie, nous avons voulu envoyer un signal fort aux familles en leur rappelant l'importance de cet exercice démocratique. Afin de faciliter la participation des familles, la rencontre a eu lieu un samedi et le service de la halte-garderie était ouvert pour les 0 à 5 ans et pour les enfants âgés de 6 à 12 ans des activités étaient organisées. Afin d'agrémenter la journée, nous avons ajouté en deuxième partie de l'assemblée, la tenue d'une fête familiale avec un repas, des jeux et un tirage. **Nombre de personnes à l'assemblée générale annuelle présentes: 44 membres adultes, 32 enfants, et 5 partenaires pour un total de 81 personnes.**

La fête familiale a été possible grâce au soutien financier de madame **Louise Lortie, conseillère municipale de Marc-Aurèle Fortin** et de monsieur **Claude Larochelle, conseiller municipal de Fabreville**. Nous tenons à les remercier chaleureusement.



Implication Bénévole



Le milieu de vie de la MQF est favorable à l'action bénévole. Les citoyens du quartier ainsi que nos membres sont invités à s'impliquer à la vie communautaire de notre organisme. La contribution des bénévoles est un apport important au bon fonctionnement de l'organisme. Qu'ils s'agissent de petits travaux de réparation, d'entretien du terrain ou d'aider lors d'évènements spéciaux, leur aide est une valeur ajoutée. La Maison de Quartier de Fabreville est reconnaissante de pouvoir compter sur leur dévouement. Leur temps, leur énergie et leur engagement sont des atouts précieux pour notre organisme.

Plus d'une cinquantaine de jeunes étudiants inscrits dans un programme scolaire de bénévolat s'impliquent chaque semaine aux ateliers d'**Aide aux devoirs**. Leur participation démontre un intérêt à participer à la vie communautaire. Leur engagement témoigne d'une belle solidarité et contribue activement au soutien scolaire des élèves du primaire.

Au service de **Dépannage alimentaire**, chaque semaine plusieurs bénévoles participent à la distribution alimentaire. Ce service offert une fois par semaine est la porte d'entrée de la plupart des bénévoles que nous recrutons.

Afin de remercier les bénévoles de leur contribution, nous offrons un souper de reconnaissance en leur honneur. La valorisation de leur engagement a un impact positif sur leur estime de soi, elle donne un sens à leur place dans la société. **Plus de 81 bénévoles ont été impliqués, pour un total de 1446 heures.**

Concertation

La Maison de Quartier de Fabreville a activement participé à plusieurs comités et concertations afin de renforcer son implication dans la communauté et d'adapter ses services aux besoins des membres. Notre grande implication en concertation nous permet d'être à l'affût des réalités des familles lavalloises et de leurs besoins. **Cette année, nous avons participé à plus de 63 événements de représentation, concertation et participation à des comités.**

M'Îles Lieux Ensemble

Nous avons contribué à l'organisation de la première édition de **Fabreville en Neige** en siégeant au comité directeur aux côtés de MLE. Cette participation a permis d'assurer que la fête réponde aux attentes des résidents et a offert une belle visibilité à la MQF auprès de la communauté.

Corporation de développement communautaire de Laval (CDC de Laval)

Des membres de notre équipe ont pris part à diverses formations, dont une sur les méthodes d'intervention alternatives en milieu communautaire, particulièrement appréciée par nos intervenants. Le réseautage offert tout au long de l'année nous permet également de mieux connaître les acteurs du territoire lavallois et de renforcer notre collaboration avec eux.

Comité de périnatalité

Le comité, rassemblant divers partenaires impliqués en périnatalité, s'est réuni à trois reprises cette année pour identifier les besoins des parents et organiser des groupes de travail. Une cartographie des services disponibles est en cours d'élaboration.

Comité des cuisines collectives

Des rencontres régulières ont eu lieu tout au long de l'année afin d'échanger sur les pratiques et d'optimiser le fonctionnement des cuisines collectives pour mieux répondre aux besoins des participants.

Table des organismes communautaires famille de Laval (TOCFL)

Lors des rencontres, les discussions ont porté sur plusieurs enjeux majeurs, notamment la pénurie de main-d'œuvre, les revendications des organismes communautaires Famille (OCF) concernant les ententes de subvention du MFA et du PSOC, ainsi que les défis liés à la jeunesse et à la santé mentale positive des adolescents et jeunes adultes. Le 17 mars, une journée de réflexion a été organisée réunissant les équipes des organismes communautaires Famille. Les résultats de l'enquête québécoise sur le développement des enfants à la maternelle (EQDEM) ont été dévoilés.

Comité de gestion Trouve ta ressource

Les travaux du comité ont porté essentiellement sur le modèle de gouvernance de **Trouve ta ressource**. Plusieurs rencontres ont eu lieu en concertation avec les organismes du milieu afin de prendre une décision sur le modèle de gouvernance pour le futur.

Nos Précieux Partenaires

Partenaires financiers

Centraide du Grand Montréal
Agence de santé publique du Canada
Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval
Ministère de la Famille et des Aînés
Ministère de la Santé et des Services Sociaux
Ministère de l'Éducation
Centre de services scolaires de Laval
Le Bingo des Galeries Laval inc.
Ville de Laval
Regroupement Lavallois pour la réussite éducative
Fondation OLO

Partenaires de concertation et collaborateurs

Fédération québécoise des organismes communautaires Famille
Corporation du développement communautaire de Laval
Association des haltes-garderies communautaires du Québec
Regroupement des cuisines collectives du Québec
Programme d'action communautaire pour les enfants
Table de concertation des organismes communautaires

famille de Laval
Comité de cuisines collectives de Laval
Hôpital Cité de la santé de Laval
Élan Politique Jeunesse
Ville de Laval
École Poly-Jeunesse
École Curé-Antoine-Labelle
École secondaire Internationale de Laval
Collège Laval
École Hôtelière de Laval
Aire Ouverte
PIILE-Programme d'interventions intégrées lavallois pour les enfants
YAPP- Y'a personne de parfait
M'iles Lieux Ensemble
Cégep du Vieux-Montréal
Cégep Montmorency
Université de Montréal
Nourri-Source Laval
Police de Laval
Trouve ta ressource
Groupe Promo-Santé Laval
Bibliothèque de Laval
TRIL-Travail de rue Île de Laval
Oasis, Unité mobile d'intervention
Jardin de la Famille
MAJL-Mesures alternatives jeunesse de Laval
La route de la paternité
ACEF
Sourires solidaires
Edu Gopro

Partenaires donateurs

Mme Louise Lortie, Conseillère municipale de Marc-Aurèle-Fortin
M. Claude Larochelle, Conseiller municipal de Fabreville
Centre de bénévolat et Moisson Laval
Le cercles des fermières de Fabreville
CPE Entre Ciel et Terre
CAA
Bois de foyer Rive Nord Inc.
Top Marquage
AMB-Fournisseur d'espace modulable
Bar chez Yvon
Église Vases d'Honneur
Saint-Hyacinthe
Monique Degruchy
Collège Citoyen
Pharmacie Jean-Coutu
Pharmacie Brunet
École Pépin
École des Cèdres
Benny & Co.

Comment aider la MQF?

- En donnant son temps
- En utilisant nos services
- En effectuant un don
- En devenant une entreprise mécène ou un ambassadeur
- En partageant nos actualités sur les réseaux sociaux
- Par un legs, une donation, une assurance-vie

L'organisme, reconnu d'utilité publique, peut recevoir des droits de succession, des legs par testament ou fiducie, des donations par actes notariés ou le capital d'assurance-vie dont La Maison de Quartier de Fabreville est instituée bénéficiaire.

La Maison de Quartier de Fabreville inc.

3031, boul. Dagenais Ouest Laval, QC H7P 1T4

L'Espace Ados (Secteur Jeunesse)

727, montée Montrougeau, Laval QC H7P 3M1

Tél: (450) 625-5453

Courriel: info@mqfabreville.org

Site web: www.mqfabreville.org