

Rapport d'activités

2025-2026



UNIS
pour les petits



Table des matières

07

Présentation

- 08. Historique
- 09. Notre mission
- 10. Nos valeurs
- 11. Nos services
- 12. Notre équipe

17

Les membres

- 18. Les familles
- 20. Les bénévoles

25

Nos services

- 26. Répît-Jumelages
- 30. Portrait des familles
- 31. Jumelage par quartier
- 32. Le répît-repas
- 35. Les jumeleurs
- 36. Les activités
- 40. Faits saillants
- 41. Services de sexologie

42

Événements

- 43. Événements spéciaux
- 44. Rayonnement

46

Communications

- 47. Communications numériques
- 49. Levées de fonds

50

Concertation & partenariats

- 51. Concertation
- 52. Partenariats
- 54. La mobilisation



Mot de la direction générale et de la présidence du conseil d'administration

C'est avec beaucoup de fierté que nous vous présentons le rapport d'activités d'Unis pour les petits pour la dernière année.

Cette année a été marquée par un important travail de consolidation, mais aussi par une grande volonté d'innover et de faire rayonner davantage notre mission auprès des familles montréalaises vivant la première année de vie avec leur bébé. L'élaboration de notre planification stratégique 2026-2029 a mobilisé l'ensemble de l'équipe, le conseil d'administration ainsi que plusieurs partenaires, nous permettant de définir des orientations claires, ambitieuses et profondé-

ment ancrées dans les besoins réels des parents.

Au quotidien, notre équipe a fait preuve d'un engagement exceptionnel afin de maintenir, adapter et développer des services essentiels. Qu'il s'agisse du répit à domicile, des ateliers parents-bébés, des activités de socialisation, ou encore du répit-repas, chaque action a été pensée pour offrir aux familles un espace de soutien, de répit et de bienveillance durant une période aussi précieuse qu'exigeante.

Cette année a également été marquée par de belles nouveautés et un fort dynamisme communautaire. Nos

ventes de sous-sol, qui ont connu un succès remarquable, ont permis à des centaines de familles d'accéder à des vêtements et du matériel de puériculture à faible coût, tout en soutenant le financement de notre organisme. Nos portes ouvertes de la rentrée, nos ateliers spéciaux ainsi que les événements auxquels nous avons participé ont contribué à faire connaître davantage notre mission et à renforcer les liens avec notre communauté.

Nous avons aussi poursuivi notre implication active au sein du milieu communautaire et développé de précieuses collaborations avec différents partenaires.

Ces alliances sont essentielles: elles renforcent notre capacité d'agir et témoignent de l'importance du travail collectif pour soutenir les familles dès les premiers mois de vie de leur enfant.

Parallèlement, des efforts soutenus ont été déployés afin de diversifier et consolider notre financement. Dans un contexte où les organismes communautaires font face à une pression grandissante et à des ressources limitées, cette mobilisation demeure indispensable pour assurer la pérennité et le développement de nos services.

La dernière année s'est d'ailleurs

conclue dans un contexte important de mobilisation du milieu communautaire, notamment à travers le mouvement *Le communautaire à boutte!*, rappelant l'urgence de reconnaître pleinement le rôle essentiel des organismes communautaires et de leur offrir un financement à la hauteur de leur impact.

Nous souhaitons exprimer notre profonde gratitude à notre équipe, à nos bénévoles, à notre conseil d'administration, à nos partenaires et, bien sûr, aux familles qui nous accordent leur confiance. Votre engagement, votre présence et votre humanité sont au cœur de tout ce que nous accomplissons.

Ensemble, continuons d'unir nos forces afin de bâtir un environnement plus doux, plus soutenant et plus humain pour les parents et leur bébé, dès les tout premiers moments de cette nouvelle vie.

Lucie Savoyat

Présidente du conseil d'administration

Hélène Béhaque

Directrice générale

Présentation



8

Historique

Fondé en 1983, l'organisme, alors connu sous le nom « Les Grands-Mères Caresses », a vu le jour pour épauler les familles accueillant un nouveau-né. À l'époque, ce soutien s'incarnait naturellement dans la figure de la grand-mère, mais aussi dans les tantes et les voisines: des femmes d'expérience qui se sont unies pour offrir temps, affection et réconfort. Agissant comme des mamies de cœur, elles câlinaient les tout-petits, d'où le nom choisi.

Près de quarante-cinq ans plus tard, la mission demeure intacte grâce à l'engagement indéfectible de nos bénévoles. Nous avons toutefois constaté que les personnes dési-

rant se joindre à nous ne correspondent plus toujours au stéréotype de la grand-mère: certains sont des hommes, d'autres n'ont pas encore l'âge d'être grands-parents. Pour rendre hommage à cette diversité et accueillir tous ceux et celles qui souhaitent s'investir, depuis 2019 nous adoptons le nom « Unis pour les petits ».

Notre mission

Offrir aux parents montréalais l'aide dont ils ont besoin pendant la première année de l'arrivée de bébé.

Soutien & réconfort

Nous offrons aux parents le soutien et le réconfort nécessaires durant la première année après l'arrivée de leur bébé.

Briser l'isolement

Nous combattons l'isolement des familles en proposant l'aide bienveillante de nos bénévoles dévouées, qui consacrent leur temps, leur

énergie et leur attention pour les soutenir pendant cette période où chacun a besoin de réconfort.

Contact entre les générations

Créer des contacts entre les générations lors d'un jumelage ou d'une activité contribue à renforcer le tissu social, à favoriser le partage d'expérience et de connaissances, et à offrir un soutien précieux aux familles dans leur parcours parental.

9

Nos valeurs

Bienveillance

Inclusion

Ouverture

Nos services

- ✓ Service de répit proposé pendant 3 heures chaque semaine par un bénévole;
- ✓ Service de répit d'urgence en cas de nécessité;
- ✓ Soutien alimentaire;
- ✓ Formations et activités dédiées aux familles avec des bébés de 0 à 12 mois;
- ✓ Formations à destination de nos bénévoles;
- ✓ Mini friperie.





Notre équipe

Conseil d'administration

Au cours du dernier exercice, Les membres du CA ont fait preuve d'un engagement remarquable envers l'organisme.

Le conseil d'administration s'est réuni à 9 reprises au cours de l'année, permettant de suivre les différents dossiers, de prendre des décisions éclairées et d'assurer la continuité du développement de l'organisme.

En juin, une formation sur les rôles et responsabilités des administrateurs a été offerte par notre organisateur communautaire, Arthur D'Heilly. Cette rencontre a permis de consolider les

connaissances des membres du CA et de soutenir leur implication dans la gouvernance de l'organisme.

Le comité des ressources humaines, composé d'Aurélié Waeles, Annie Vincelette et Carole Lennard, a procédé à l'évaluation annuelle de la direction et l'a accompagnée sur différents enjeux, notamment en lien avec la mise en place des obligations légales de la CNESST, incluant celles liées aux normes du travail. Ce travail est maintenant amorcé et s'inscrit dans une démarche de soutien et d'amélioration continue.

Tout au long de l'année, le comité de planification stratégique, composé

de Lucie Savoyat, Annie Vincelette, Aurélié Waeles et Éric Cotnoir, s'est réuni régulièrement afin d'élaborer et de présenter un document structurant. Ce travail collectif a permis de réfléchir aux orientations futures de l'organisme et de renforcer sa vision à moyen et long terme.

Marie-Luce Biron, membre du CA depuis plusieurs années, n'a pas souhaité renouveler son mandat. Lucie Thiboutot a également choisi de laisser sa place afin de favoriser l'implication de nouvelles personnes et de permettre un renouvellement au sein du conseil. Par ailleurs, un poste était déjà vacant à la suite du départ de Sofia El Abouri en janvier 2025.

Ainsi, Marion, Dorothée et Alison ont été élues par les membres lors de l'AGA, témoignant de l'intérêt soutenu pour l'implication au sein du CA. À cette occasion, Éric, Aurélie et Claude Muriel, qui avaient été cooptés en janvier 2025, ont également été élus par les membres.

Marion a quitté le CA en septembre 2025 afin de postuler au poste de coordonnatrice aux activités familles et bénévoles alors ouvert, poursuivant ainsi son engagement au sein de l'organisme sous une autre forme.

En début d'année, l'équipe de travail et le conseil d'administration se sont également réunis lors d'un dîner

potluck convivial, moment apprécié de tous, qui a permis de favoriser les échanges informels, de renforcer les liens et de consolider la collaboration entre les différentes instances de l'organisme.

Lucie Savoyat (parent)
Poste: Présidente

Carole Lennard (bénévole)
Poste: Vice-présidente

Annie Vincelette (parent)
Poste: Secrétaire

Eric Cotnoir (parent)
Poste: Trésorier

Aurélie Waeles
Poste: Administratrice

Claude Muriel Sawadogo
Poste: Administratrice

Marion Valette
Poste: Administratrice
Fin: 29 septembre 2025

Alison Kem-Seng
Poste: Administratrice

Dorothée Oum
Poste: Administratrice

Ressources humaines

Hélène Béhague
Directrice générale
depuis septembre 2024

Aurélie Alaume
Responsable des familles
depuis octobre 2024

Élizabeth Quesnel
Agente de bureau, depuis
avril 2023

Julie Maes
Coordonnatrice activités
familles et bénévoles
depuis mars 2026

Marion Valette
Coordonnatrice activités
familles et bénévoles
d'octobre 2025 à mars 2026

Ny Aina Razafimanantoa
Coordonnatrice de
projets de septembre
2024 à septembre 2025

Stagiaire

Janie-Kim Sanssoucy
De septembre 2025 à
avril 2026

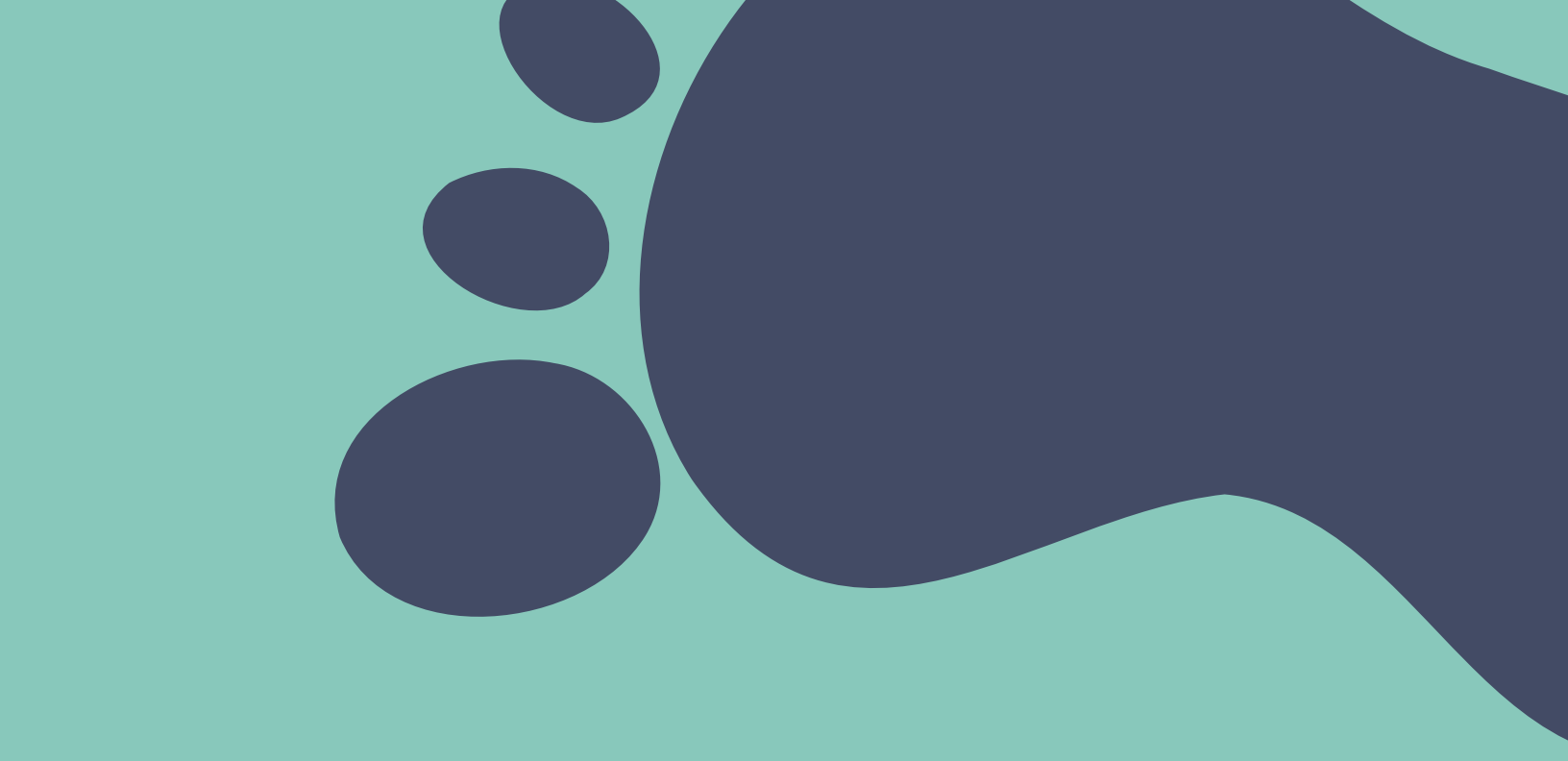


Une équipe alignée

Notre équipe se réunit sur une base hebdomadaire. Ce rendez-vous régulier permet à chacune de rester bien informée et engagée, tout en favorisant une meilleure coordination des actions et le suivi des initiatives en cours.

Cohésion d'équipe

Notre équipe profite également de moments informels pour souligner les occasions spéciales telles que les anniversaires, Noël et autres événements à célébrer. Ces temps de rassemblement, simples et conviviaux, contribuent à renforcer les liens entre les membres de l'équipe et à maintenir une belle cohésion au quotidien.



Les membres

Les familles

Instauré en avril 2024, le membra-riat familial d'Unis pour les petits poursuit son déploiement et s'ancre désormais comme un élément struc-turant de la vie de l'organisme. Cette adhésion annuelle (15\$ par famille, et 5\$ pour les familles à faibles reve-nus) contribue à consolider notre base financière tout en renforçant le sentiment d'appartenance des parents à notre mission.

Au cours de l'année, les membres ont pu bénéficier de plusieurs avantages:

- ✓ Accès prioritaire à la program-mation: les membres reçoivent l'horaire complet de nos ate-liers et activités en primeur, ce qui leur permet de réserver une place pour les activités les plus en demande.
- ✓ Accès au répit-repas, offrant un soutien concret au quotidien des familles.
- ✓ Accès au service de répit, favo-risant des moments de pause pour les parents.

- ✓ Une voix à l'Assemblée générale annuelle: chaque membre peut s'exprimer, voter et contribuer activement aux orientations de l'organisme.

Ces avantages soutiennent concrète-ment les familles, tout en favorisant leur implication et leur participation à la vie démocratique d'Unis pour les petits.

300
nombre de familles
membres

Comparatif 2024-2025: 274

Quelques données pertinentes :

Parmi les familles devenues membres en 2025-2026, différentes sources de référen-cement ont contribué à leur adhésion:

- ✓ Bouche-à-oreille: **53%**
- ✓ Partenaires du milieu (organismes communautaires Famille, CLSC): **17%**
- ✓ Site Web: **14%**
- ✓ Réseaux sociaux: **5%**

Le bouche-à-oreille demeure la princi-pale source de recrutement, illustrant la confiance des familles envers nos services et la qualité du soutien offert.

Les bénévoles

Cette année, ce sont 230 bénévoles qui se sont engagés à nos côtés, contribuant de multiples façons à notre mission. Parmi eux, 98 nouveaux bénévoles nous ont rejoints, apportant un souffle de renouveau et témoignant de l'intérêt grandissant pour notre cause. En moyenne âgés de 47 ans, nos bénévoles forment un groupe riche en expériences et en parcours de vie. L'équipe est composée majoritairement de femmes, mais nous comptons également 6 hommes bénévoles, dont l'engagement est tout aussi précieux.

Chez Unis pour les petits, les formes d'engagement bénévole sont aussi variées que précieuses.

Certaines personnes ont offert un répit essentiel aux familles, tandis que d'autres ont bercé des bébés, préparé les salles ou servi les collations lors de nos ateliers dans nos locaux.

Nous avons également la chance de pouvoir compter sur des bénévoles aux compétences spécialisées, notamment en comptabilité, en nutrition, en communication, en administration et dans plusieurs autres domaines essentiels. Leur contribution permet d'enrichir la qualité de nos services et de renforcer concrètement notre capacité d'action.

Le parcours des bénévoles

L'implication au sein d'Unis pour les petits s'inscrit dans un processus structuré et accompagné, composé de plusieurs étapes visant à assurer une intégration harmonieuse des bénévoles dès leur arrivée.

Ce parcours débute par l'expression de l'intérêt à s'impliquer, suivie d'une découverte des différentes possibilités de bénévolat grâce à des vidéos explicatives. Une rencontre d'échange permet ensuite de discuter des disponibilités et de l'expérience avec les bébés.

Les étapes suivantes comprennent la vérification des antécédents judiciaires ainsi que la formation

de base obligatoire. Les bénévoles peuvent ensuite débiter leur implication auprès des familles, tout en ayant accès à des formations complémentaires selon leurs besoins, notamment en écoute active ainsi qu'en sensibilisation aux enjeux et réalités de l'allaitement.

Tout au long de ce parcours, un encadrement clair et bienveillant est offert afin de permettre à chaque bénévole de trouver rapidement sa place. Cet accompagnement contribue à soutenir leur engagement et à assurer la qualité des interventions auprès des familles.

230
bénévoles

Comparatif 2024-2025 : 215

7500
heures de bénévolat

98
nouveaux bénévoles

47 ans
moyenne d'âge

Le parcours des bénévoles

Un accompagnement bienveillant à chaque étape pour s'engager auprès des familles.



Des bénévoles toujours mieux préparés et accompagnés

Au cours de l'année, 8 formations de base ont été offertes, rejoignant près d'une centaine de bénévoles. Cette formation, obligatoire pour les personnes souhaitant offrir du répit aux familles, est dispensée en petits groupes afin de favoriser les échanges. Elle permet de mieux comprendre la mission d'Unis pour les petits, le rôle des bénévoles auprès des familles, ainsi que les attitudes et les bonnes pratiques à adopter sur le terrain.

Par ailleurs, bien que les bénévoles soient toujours invités à participer aux ateliers destinés aux familles, plusieurs activités leur ont été spécifiquement proposées cette année. Celles-ci comprenaient des formations thématiques, des ateliers pratiques ainsi que des moments conviviaux. Parmi les initiatives offertes, notons des formations en écoute active, des cafés-jasette favorisant les échanges informels, ainsi qu'un 4 à 6 festif. Ces occasions ont contribué à enrichir leur expérience, à renforcer leur sentiment de reconnaissance et à consolider leur appartenance à la communauté d'Unis pour les petits.





Témoignage de bénévole

« Dans mon rôle de bénévole, je me sens vraiment utile et épanouie. Offrir du répit me permet non seulement d'apporter un petit souffle à la maman, mais aussi de vivre des moments précieux avec le bébé. C'est une expérience valorisante, pleine de douceur et d'apprentissages pour moi. C'est un grand bol d'air frais dans ma vie. »

Nos services

Le répit dans les familles :

246
jumelages ont
été offerts

Chaque mois, environ 52 familles accueillent un bénévole dans leur quotidien.

Au cours de la dernière année, notre action s'est inscrite dans un contexte où les besoins des familles demeurent importants, particulièrement en période postnatale. Selon Naître et grandir, la dépression post-partum touche environ 10 % à 20 % des mères, tandis que l'Institut

national de santé publique du Québec estime que 5 % à 10 % des pères présentent des symptômes dépressifs au cours de cette période. À l'échelle internationale, l'Organisation mondiale de la santé rappelle que la santé mentale périnatale constitue un enjeu majeur de santé publique.

Dans ce contexte, notre service phare de répit prend tout son sens. Il s'adresse aux parents traversant la période charnière des 12 premiers mois de vie de leur bébé, un moment souvent marqué par de grands bouleversements, de l'isolement et une vulnérabilité accrue. Pour en bénéficier, les familles doivent avoir un

enfant âgé de 0 à 12 mois, résider sur l'île de Montréal et ne pas utiliser de service de garde.

Une attention particulière est portée aux réalités socioéconomiques des familles que nous accompagnons. Nous soutenons notamment :

- ✓ Les familles nouvellement arrivées au Canada, souvent isolées et sans réseau de soutien;
- ✓ Les parents vivant un post-partum difficile et nécessitant un accompagnement bienveillant;

- ✓ Les parents monoparentaux ou soloparentaux, qui doivent conjuguer seuls l'ensemble des responsabilités familiales;

- ✓ les familles sans ressources ou sans proches à proximité pour les épauler.

Convaincus que chaque parent mérite un accompagnement solide durant cette transition, nous priorisons les foyers les plus exposés aux défis sociaux et économiques, afin de favoriser le bien-être de l'ensemble des familles montréalaises.

Le répit offert agit comme un levier concret et préventif, avec des retom-

bées significatives sur le bien-être des familles.

À la fin de leur jumelage, les familles sont invitées à remplir un sondage d'évaluation afin de mesurer leur satisfaction et les impacts concrets du service de répit. Les résultats obtenus cette année témoignent de l'importance du soutien offert par nos bénévoles auprès des parents. Ainsi :

- ✓ 100 % des répondants affirment avoir développé un lien de confiance avec leur bénévole ;
- ✓ 100 % se sont sentis plus à l'aise de laisser leur bébé à une personne autre qu'un proche ;

- ✓ 90 % mentionnent que le répit a contribué à diminuer leur isolement ;

- ✓ 90 % indiquent que le service les a aidés à accomplir leurs tâches domestiques ou administratives;

- ✓ 60 % disent avoir pu mieux se reposer grâce au jumelage ;

- ✓ 60 % rapportent avoir pu prendre davantage de temps pour eux-mêmes.

Les commentaires recueillis mettent également en lumière la douceur, l'écoute et la bienveillance des bénévoles, ainsi que le sentiment d'être soutenu sans jugement durant une période souvent marquée par la fatigue et la vulnérabilité. Plusieurs familles décrivent d'ailleurs Unis pour les petits comme un véritable « filet de sécurité » durant les premiers mois de vie avec leur bébé.

Ainsi, bien au-delà d'un soutien ponctuel, le répit s'inscrit comme une réponse essentielle aux défis de la période postnatale, contribuant activement à la prévention de l'épuisement parental et au mieux-être durable des familles.

Au moment de leur demande d'accès à nos services, de nombreux parents expriment :

- ✓ Une fatigue importante ;
- ✓ Un sentiment d'être débordés par leur quotidien ;
- ✓ Une fragilité émotionnelle ;
- ✓ Un besoin urgent de souffler et de prendre du recul.

Ces réalités témoignent de l'importance d'agir tôt, avec humanité et bienveillance, afin de soutenir les parents dans l'une des périodes les plus déterminantes de leur vie familiale.

Notre service principal de répit à domicile repose sur la présence d'un bénévole auprès des familles, à raison de trois heures par semaine, et ce jusqu'aux 12 mois du bébé. Durant ce temps, la personne bénévole prend soin de l'enfant, offrant aux parents un moment de repos précieux pour se déposer, récupérer et souffler.

Afin de mieux répondre à la diversité des réalités vécues par les familles, nous avons également développé deux formules complémentaires :

Répit d'urgence

Une intervention rapide, mise en place dans les meilleurs délais selon la disponibilité de nos bénévoles, lorsque les parents font face à une situation imprévue, critique ou particulièrement éprouvante.

Répit Flex

Un service modulable dont la durée et la fréquence s'ajustent aux besoins spécifiques des familles, pouvant inclure des plages en soirée, les fins de semaine ou des périodes plus courtes.

246
nombre de
jumelages offerts

30
nombre de
jumelages d'urgence

8900
nombre d'heures
de jumelage

4 mois
durée moyenne
d'un jumelage

Portrait des familles qui bénéficient du répit

16 %
sont des familles
monoparentales ou
soloparentales

20 %
sont des familles issues
de l'immigration

26 %
sont des familles référées
par un CLSC ou un
organisme partenaire

Témoignage

« Quand notre bébé est né, on était complètement épuisés. On n'a pas de famille proche et on se sentait vite dépassés par le quotidien.

La bénévole qui est venue à la maison a aussi été une présence tellement rassurante. Elle ne faisait pas juste nous aider, elle nous écoutait, sans jugement. Ça fait toute la différence quand on traverse les premières semaines avec un nouveau-né.

On s'est sentis soutenus, moins seuls. Pour nous, Unis pour les petits, ce n'est pas juste un service, c'est un vrai filet de sécurité. »

Jumelage par quartier

Villeray-Saint-Michel-
Parc-Extension: **24 %**

Rosemont-Petite Patrie:
36 %

Mercier – Hochelaga-
Maisonnette: **6 %**

Rivière-des-Prairies-
Pointe-aux-Trembles: **5 %**

Ahuntsic-Cartierville: **3 %**

Ville-Marie: **3 %**

Plateau-Mont-Royal: **5 %**

Côte-des-Neiges-Notre-
Dame-de-Grâce: **6 %**

LaSalle: **3 %**

Le Sud-Ouest: **2 %**

Verdun: **4 %**

Anjou: **3 %**



Le répit-repas

Après une pause en début d'année due à un manque de financement, le service de repas a pu être relancé grâce au soutien de la Caisse Desjardins de Rosemont-La Petite-Patrie. Cet appui a permis de répondre à un besoin essentiel pour les familles et de maintenir un service clé de notre mission.

Le répit-repas est conçu pour s'adapter aux réalités variées des familles que nous accompagnons, en leur offrant un soutien concret dans une période souvent exigeante. Les familles peuvent ainsi bénéficier de 4 à 6 repas par personne, en fonction de la taille du foyer et de leur situation financière. Le calcul est établi en

fonction des personnes qui consomment les repas au sein de la famille, les bébés n'étant pas comptabilisés.

Conscients des défis particuliers auxquels font face les familles monoparentales, nous portons une attention accrue à leur réalité: le nombre de repas qui leur est offert est doublé afin de leur apporter un soutien accru dans leur quotidien.

À travers le répit-repas, nous souhaitons non seulement alléger la charge liée à la préparation des repas, mais aussi offrir un véritable moment de répit aux parents, en contribuant à leur bien-être et à celui de leur famille.

Les distributions ont lieu le lundi matin. Au-delà de la remise des repas, ces moments représentent une occasion privilégiée pour les familles de s'ancrer dans notre milieu de vie. Elles peuvent notamment participer à l'activité Bavardises et gourmandises, qui se déroule simultanément, chiner dans la mini-friperie, échanger avec d'autres parents ou encore prendre un temps pour discuter avec notre équipe dans un cadre accueillant et bienveillant.

Pourquoi offrons-nous des repas surgelés aux jeunes parents?

Être parent d'un jeune enfant est une expérience précieuse, mais aussi exigeante. À travers la remise de repas surgelés, nous cherchons à alléger un peu le quotidien des familles membres en répondant à plusieurs besoins concrets:

✓ **Alléger la charge mentale:** Préparer des repas, penser à l'épicerie, cuisiner... tout cela demande du temps, de l'énergie et de l'organisation. En offrant des repas prêts à chauffer, nous

permettons aux parents de souffler un peu, surtout lors des journées plus intenses. C'est une tâche de moins à gérer.

✓ **Soutenir le bien-être des familles:** Une bonne alimentation est essentielle, mais elle peut devenir difficile à maintenir, notamment pour les familles à faible revenu. Ces repas sont équilibrés, pratiques et nourrissants. Ils contribuent à la santé des parents et des enfants, tout en apportant un soutien concret dans une période de vie parfois fragile.

✓ **Offrir du temps de qualité:** Moins de temps en cuisine, c'est plus de temps pour jouer avec bébé, se reposer ou simplement prendre soin de soi. Ce temps retrouvé est précieux pour le lien parent-enfant, mais aussi pour l'équilibre personnel des parents.



2076
repas offerts

195
familles
différentes

537
personnes
rejointes

Témoignage d'une maman solo

«Être seule avec un bébé, c'est beau... mais c'est aussi vraiment intense. Il n'y a pas de relais. Les journées s'enchaînent, les nuits sont courtes, et souvent, je passe après tout le reste.

Je n'ai pas toujours le temps ni l'énergie de cuisiner. Il m'arrive de manger sur le pouce, rapidement, entre deux

pleurs ou pendant une courte sieste.

Les repas que j'ai reçus sont arrivés à un moment où j'étais particulièrement fatiguée. Ça m'a permis de m'arrêter un peu, de manger un vrai repas, sans réfléchir, sans me presser.

Ce sont de petites choses, mais dans mon quotidien, ça change beaucoup. Ça m'a aidée à reprendre un peu d'énergie.»

Les Jumeleurs

Cette année encore, nous avons poursuivi notre collaboration avec l'organisme Les Jumeleurs, auprès duquel nous nous approvisionnons pour l'ensemble des repas redistribués aux familles.

Ces repas sont soigneusement préparés dans le cadre du programme d'intégration socioprofessionnelle des Jumeleurs, par des personnes vivant avec une déficience intellectuelle, un trouble d'apprentissage

ou un trouble du spectre de l'autisme. Cette collaboration permet ainsi de soutenir à la fois les familles que nous accompagnons et un projet porteur d'inclusion sociale.

Les familles membres d'Unis pour les petits peuvent se procurer ces repas directement auprès des Jumeleurs, sans avoir à payer de cotisation, facilitant ainsi l'accès à une offre alimentaire de qualité, adaptée à leurs besoins.



Activités

Cette année, nous avons eu l'honneur d'accueillir 1 295 familles et leurs bébés dans notre espace de vie, à travers plus de 100 activités. Soucieux de répondre au plus près de leurs besoins, nous nous appuyons sur des consultations régulières auprès des familles afin d'adapter et de faire évoluer notre offre. Dans cette même optique, un sondage a également été mis en place à la fin de certains ateliers, une première cette année, afin de recueillir des rétroactions à chaud et améliorer continuellement nos pratiques.

Cette démarche nous permet de renouveler constamment nos ateliers et activités, en proposant des espaces

dynamiques d'échanges, de découvertes et de soutien. Lors de chaque atelier, des bénévoles sont présents afin de prendre soin des bébés, permettant ainsi aux parents de bénéficier d'un moment de pause et de se déposer en toute confiance.

Ces moments précieux permettent aux familles de créer des liens, de lutter contre l'isolement et de renforcer, en toute confiance, leurs compétences parentales.

23
nouveaux ateliers

Catégorie	Activité	Nombre d'activités	Nombre de participants
Briser l'isolement et bien-être	Bavardises et gourmandises	37 activités	430 participants
	Pause entre mamans monoparentales et soloparentales		
	Parenthèse du midi monoparentales et soloparentales		
	Yoga parents-bébé au parc		
Atelier d'éveil	Éveil musical	14 activités	164 participants
	Chant parent-bébé		
	Danse parent-bébé		
	Éveil à la lecture		
	Atelier de stimulation pour bébés		
Atelier créatif	Peinture sur céramique	3 activités	32 participants
	Pause créative : décoration d'un pot masson		

Catégorie	Activité	Nombre d'activités	Nombre de participants
Vie parentale et réflexions	On jase sexo	23 activités	277 participants
	Être parent à l'ère des écrans		
	Groupe d'échange sur la carrière et la maternité		
	Mon accouchement, mon histoire		
	Devenir parent à deux reprises		
	Retour au travail : cœur à l'envers, cœur léger ou un peu des deux		
	Maternité & réalités du post-partum		
	Questions-réponses : comprendre le développement et les émotions des bébés		
	Les petits deuils de la parentalité		
	Postnatal en douceur : prendre soin de son corps après bébé		
	Parents avec bébé : astuces et outils pour un quotidien plus fluide		
	Grandir en confiance : nourrir le lien avec son bébé		
	Voyager avec bébé		

Catégorie	Activité	Nombre d'activités	Nombre de participants
Soutien à la parentalité	Introduction aux solides	34 activités	392 participants
	Atelier sur la diversification alimentaire menée par l'enfant (DME)		
	Atelier sur les allergènes		
	Atelier de portage		
	Atelier de langage signé pour bébé		
	Atelier de premiers soins pour bébé		
	Atelier sur le sommeil des bébés		
	Allaitement lors de l'entrée au service de garde et/ou du retour au travail		
	Intégration à la garderie		
	Atelier de massage pour bébé		
Total	23 nouveaux ateliers	111	1295



Sondages de satisfaction :

92 %

des parents se disent
satisfaits ou très satisfaits
des activités proposées

88 %

affirment que les activités
contribuent à briser leur
isolement

85 %

rapportent une réduction de
leur stress à la suite de leur
participation

90 %

indiquent se sentir plus
confiants dans leur rôle
parental

87 %

soulignent l'importance
des liens créés avec
d'autres parents

93 %

apprécient la présence de
bénévoles, leur permettant de
bénéficier d'un moment de répit

Services en sexologie

Cette année, l'intégration de Janie-Kim, stagiaire en sexologie, au sein de notre organisme a constitué un levier important pour répondre aux besoins spécifiques des familles et enrichir notre offre d'accompagnement.

Au cours de la dernière année, 10 personnes ont bénéficié de 24 rencontres de suivi en relation d'aide, entre septembre et avril. La majorité des personnes accompagnées ont participé à 1 à 3 rencontres, selon leurs besoins, tandis qu'une situation plus soutenue a nécessité 9 rencontres. Ces suivis ont permis d'offrir un espace confidentiel et bienveillant pour aborder des enjeux liés à la sexualité, à la relation de

couple et aux transformations vécues en période postnatale.

En complément de ces suivis, des ateliers sexologiques ont été proposés aux familles, abordant des thématiques telles que la sexualité post-partum, la relation de couple et l'intimité. Ces espaces collectifs ont permis de normaliser les expériences vécues, de favoriser les échanges entre parents et de briser certains tabous encore présents autour de ces enjeux.

Ces accompagnements, tant individuels que collectifs, contribuent à soutenir les parents dans une dimension souvent peu abordée,

mais essentielle à leur bien-être global. Ils permettent notamment de renforcer la communication au sein du couple, de diminuer le sentiment d'isolement et de soutenir la santé mentale périnatale.



Événements

Événements spéciaux

En septembre, une porte ouverte de la rentrée a permis de faire découvrir l'organisme à de nouvelles familles. Dans une ambiance conviviale et chaleureuse, les participants ont pu échanger avec l'équipe, profiter de collations et participer à deux ateliers offerts dans la cour. Cette activité a favorisé une première prise de contact et renforcé le sentiment d'accueil au sein du milieu de vie.

Deux grandes ventes de sous-sol, organisées en avril et en novembre, ont connu un succès remarquable, attirant à elles seules plus de 200 participants. Le concept, simple et accessible, un sac pour 5\$, permet aux familles de se procurer des

vêtements et du matériel de puériculture à très faible coût. Au-delà de leur dimension solidaire, ces événements constituent également une source de financement importante pour l'organisme, contribuant à la pérennité de ses services.

Enfin, en décembre, la fête de Noël des familles et des bénévoles a réuni petits et grands dans une ambiance festive et chaleureuse, permettant de souligner l'engagement précieux des bénévoles tout en offrant aux familles un moment de répit, de partage et de célébration à l'approche des Fêtes.



Rayonnement



La Récré des générations :
Ateliers festifs pour tous
âges à la Casa d'Italia



Fête de quartier
Peter Mc Gill



Fête de la rentrée
au Parc du Père-
Marquette



Soirée Sac'Hoche 2025



Su-père conférence 2026

Communications

Nos communications numériques

FACEBOOK

2239
abonnés

176 954
personnes atteintes
(portée totale)

1903
interactions
(mentions J'aime, partages,
commentaires)

INSTAGRAM

521
abonnés

27 600
personnes atteintes
(portée totale)

370
interactions
(mentions J'aime, partages,
commentaires)

Mailchimp (INFOLETTRES)

1433
abonnés

32.69 %
Taux d'ouverture moyen

18.66 %
Taux de clics moyen

24 infolettres
envoyées par année



Nouvel outil promotionnel

Cette année, nous avons également travaillé à la création d'un nouveau dépliant promotionnel afin de mieux faire connaître nos services et de faciliter la référence des familles par nos partenaires du milieu.

Levées de fonds

À nouveau cette année, nous avons pu compter sur la générosité de notre communauté. En plus des dons ponctuels et des contributions volontaires reçues tout au long de l'année, nous avons mené avec succès trois campagnes de financement :

Campagne « Bôsapin »

Pour chaque sapin vendu, une partie des profits a été remise à Unis pour les petits.



Campagne « Colle à moi »

Pour chaque commande passée au nom de notre organisme, 15% de la commission nous est remise.



« Mardi je donne »

Comme chaque année, nous avons participé à la journée mondiale de la générosité, en invitant la communauté à nous faire un don.





Concertation et partenariats

Concertation

Nous sommes présents au sein de plusieurs espaces de concertation et de collaboration, notamment:

- ✓ La table de concertation en Petite Enfance de Rosemont (TCPER)
- ✓ Le réseau d'échange et de concertation petite enfance de la Petite Patrie
- ✓ Le comité 0-5 ans de Villeray
- ✓ La table de quartier Peter Mc Gill

✓ Rencontre des partenaires montréalais en périnatalité

✓ Mon panier de Noël à Rosemont

Ces implications permettent à notre organisme de demeurer connecté aux réalités du terrain, de développer des collaborations porteuses et de contribuer activement aux réflexions entourant le soutien aux familles et à la petite enfance.

Partenariats

Le Projet Couches et Cie

Le projet Couches et Cie, initié par la TCPER et auparavant porté en fiducie pour Unis pour les petits, a officiellement été repris par notre organisme cette année. Ce projet vise à offrir un dépannage d'urgence en couches et en produits essentiels pour les bébés de 0 à 24 mois aux familles vivant une situation de vulnérabilité.

Financé par le Programme de soutien à l'action bénévole du député de Vincent Marissal, le projet permet d'apporter une aide ponctuelle et rapide, exclusivement sur référence, aux familles du quartier de Rosemont.

Pour l'année 2025-2026, 55 dépannages ont pu être offerts à 25 familles, contribuant à répondre à des besoins essentiels dans des moments souvent critiques.

Caisse Desjardins Rosemont-La Petite-Patrie

Grâce au renouvellement du précieux soutien de la Caisse Desjardins de Rosemont-La Petite-Patrie, nous pouvons développer et bonifier notre accompagnement auprès des mamans monoparentales et soloparentales.

Un nouveau soutien financier de la Caisse Desjardins de Rosemont-La

Petite-Patrie nous a permis de relancer le service de répit-repas, qui avait dû être mis sur pause en début d'année en raison d'un manque de financement.

Implication des bénévoles corporatifs : Intact et RBC

Cette année encore, des employés bénévoles d'Intact et de RBC se sont engagés auprès d'Unis pour les petits dans le cadre de leurs programmes de bénévolat corporatif. Leur implication a contribué concrètement à la réalisation de plusieurs activités et projets tout au long de l'année.

Du côté d'Intact, les bénévoles ont notamment participé à l'emballage des cadeaux destinés aux enfants ainsi qu'à la préparation de pots de biscuits remis aux familles lors de notre fête de Noël. Ils ont également pris part à notre vente de sous-sol.

Les bénévoles de RBC ont, quant à eux, contribué au tri de vêtements pour notre friperie, à l'aménagement de notre espace de stockage, à notre première vente de sous-sol ainsi qu'à nos portes ouvertes. Ils ont également offert un soutien direct aux familles lors de la fête de Noël.

En complément de leur engagement sur le terrain, chacune de ces participations s'est accompagnée d'un don financier remis à notre organisme par Intact et RBC.

Nous remercions chaleureusement ces deux précieux partenaires pour leur appui concret et leur collaboration à la réalisation de notre mission auprès des familles.





Une fin d'année marquée par la mobilisation

Nous avons terminé l'année dans un contexte de mobilisation important pour le milieu communautaire autonome. Comme de nombreux organismes à travers le Québec, l'équipe d'Unis pour les petits a participé au mouvement *Le communautaire à boutte!*, afin de dénoncer le sous-financement chronique des organismes communautaires et les impacts grandissants de cette précarité sur les équipes et les services offerts à la population.

Cette mobilisation s'est notamment traduite par deux semaines de grève et différentes actions de visibilité et de sensibilisation. À travers ce mouvement, nous avons souhaité

rappeler l'importance du milieu communautaire dans le soutien aux familles et la nécessité d'un financement à la mission stable, adéquat et récurrent permettant de répondre aux besoins grandissants des communautés.

Malgré ce contexte exigeant, notre engagement envers les nouveaux parents demeure au cœur de nos actions et continue de guider notre travail au quotidien.

Remerciements

Merci à l'ensemble de nos partenaires et donateurs

Nos partenaires philanthropiques

SAB Hochelaga Maisonneuve – Alexandre Leduc
 SAB Rosemont Vincent Marissal
 SAB Laurier Dorion André Fontecilla

Un grand merci aux généreuses contributions de tous les autres donateurs!



Nos commanditaires

Ange Masson
 Atelier Alpaga
 Cinéma Cinéma
 Épicerie Varsovie
 Sushi Yakki

Nos précieux alliés

Alternative Naissance
 Alliance du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal
 Ana Gongora
 Atelier Alpaga
 Coopère
 Déborah Delaunay

Hélène Delalande

Jess Dunn

Jocelyne Gunville

La formation Laissi

Laure Paris

Le CREP

Le programme « Contact, le plaisir des livres » (de la Ville de Montréal)

Les Jumeleurs

Les Solfégiens

L'Équipe-Relais de la mesure des éclaireurs du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Maison Buissonnière

Marie Eve Themens, l'accompagnante

Nathalie Lemieux

Nourri-Source

Oana Balmau

Outremont en famille

Prima Danse

Groupe Conseil Saint-Denis

Suzanne Lemieux

Une vie formidable

Nous sommes membres des organismes suivants :

Accès bénévolat

Centre d'action bénévole de Montréal

COFAQ

RAEM

ROCFM



Adresse :

3958, rue Dandurand,
Montréal (QC) H1X 1P7

Pour nous joindre

514 376-4613
info@unispourlespetits.ca
unispourlespetits.ca

Facebook: Unis pour les petits
Instagram: Unis pour les petits
LinkedIn: Unis pour les petits

**Conception graphique et mise
en page:** Stéphanie Benoit



UNIS
pour les petits
ENTRAIDE INTERGÉNÉRATIONNELLE