

51e Rapport Annuel 2021-2022



Fédération de la famille Richelieu-Yamaska / 51e rapport annuel



Mot de la Présidente	5
Préambule	6
La mission	7
Financement et autofinancement	7
L'équipe	7
Les actions	8
Table des membres	9
Nos activités	11
Évènement famille +	11
Les visioconférences	13
Les thématiques et statistiques	
La famille	13
L'humour	14
Sexualité et diversité	15
Proche-aidance et le deuil	16
Couples	17
Violence conjugale	18
Questions juridiques	18
Santé et bien-être	19
Santé mentale	20
Alimentation	21
Gestion de soi	22

Table des matières (suite)

Formation	23
Les concertations	24
Conclusion	26





Une autre année qui se termine!

Je croyais vraiment que nous aurions pu avoir nos premières conférences en présence. Cela n'est pas arrivé, mais nous n'avons pas arrêté de nous rencontrer virtuellement.

Vingt et une conférences ont eu lieu. Quels cadeaux nous ont faits les conférencières et conférenciers. Les sujets ont été variés, vous pourrez le constater dans le rapport d'activités.

Et nous avons continué à rêver ensemble, les membres du CA, portés par vos commentaires et vos souhaits.

Nos conférences par Zoom apportent de la joie à bien des gens. De plus en plus nombreux, et de plus en plus intéressés, ces gens souhaitent tellement que cela ne s'arrête pas.

Comme annoncé, en fin d'année passée, nous continuerons les conférences par Zoom et, quand il y en aura en présence, elles seront diffusées en direct.

Que dire de l'Événement Famille +, rassemblant des organismes et l'organisateur communautaire de la petite-enfance au CISSS-Montérégie Est. Ensemble, durant le mois de décembre, un calendrier d'activités journalières a été planifié. Conférences, contes, jeux, et BINGO ont su ravir les petits et grands.

Cette année, notre coordonnateur et agent de liaison, Dominique Gauvreau, a participé à beaucoup de Tables et rencontré des organismes. Il permet de nous faire connaître encore davantage.

Je remercie du fond du cœur, notre CA et nos deux anges d'employés. Des personnes fantastiques qui ont à cœur de faire vivre la Fédération afin qu'elle rejoigne toujours plus tous les membres des familles. Alors, merci Geneviève, Lucie, Renée, Dominique et Irène qui mènent à bon port notre organisme en le gardant jeune avec ses 51 ans d'existence.

Hélène Lussier, présidente



C'est avec plaisir que nous vous présentons le 51e RAPPORT ANNUEL des activités de la Fédération de la Famille Richelieu-Yamaska (FFRY) 2021-2022.

Ce rapport couvre la période du 1er avril 2021 au 31 mars 2022. Cette période correspond à celle du ministère de la Famille du Québec, qui est notre port d'attache, c'est-à-dire notre bailleur de fonds.

La FFRY travaille à l'amélioration de la qualité de vie des familles. Pour répondre aux besoins des familles et de ses membres, nous avons choisi différents moyens, dont la communication et la consultation auprès de nos membres. Cette façon de procéder nous informe et nous permet d'identifier les nouveaux défis à relever pour répondre à leurs besoins. Elle apporte la valorisation, procure le ressourcement, donne la reconnaissance, la stimulation et l'encouragement nécessaires à la continuité. Elle évite aussi le dédoublement.

Vous trouverez dans ce rapport des réalisations, des affiliations et des représentations variées. Celles-ci indiquent bien l'engagement et les efforts fournis par tous les membres. Ces actions nous ont permis de mieux connaître les besoins, de valoriser la famille, de favoriser sa transformation sociale par le plein épanouissement des familles et de ses enfants, afin d'améliorer la qualité de vie de chacun de ses membres.

Les quelques minutes consacrées à cette lecture vous feront découvrir les nombreuses activités offertes. Cette année, nous avons offert 21 conférences publiques et une formation sur la gestion du stress que nous avons donné à deux reprises. La pandémie nous a permis d'inventer des activités familiales à l'occasion de Noël. En effet, pour créer un peu de joie en cette période difficile, nous avons organisé des bingos virtuels pour les tout-petits, les adolescents ainsi que les adultes. Les plus petits n'étaient pas en reste, puisqu'une matinée de contes de Noël a capté leur attention.





- -Favoriser la connaissance mutuelle, l'échange, l'action commune et la collaboration entre les différents organismes et les individus qui se préoccupent de la famille.
- -Analyser les différentes réalités de la famille.
- -Apporter des réponses aux divers besoins de la famille.
- -Représenter les intérêts de la famille auprès des pouvoirs publics et des corps intermédiaires.
- -Permettre l'affiliation à d'autres organismes ayant les mêmes buts.



En cette année de pandémie, la subvention reçue du ministère de la Famille nous a permis d'offrir des sessions de formation et des conférences ouvertes au grand public, en visioconférence, pour répondre aux besoins exprimés. Ces activités rejoignaient des clientèles diversifiées : hommes, femmes, enfants, couples, parents, grands-parents, familles et ethnies.

Cotisation: La cotisation est de 30 \$ pour tout organisme membre et 15 \$ pour les membres individuels.



Conseil d'administration

Hélène Lussier, présidente Renée Dagenais, vice-présidente Lucie Duguay, secrétaire Geneviève Miller, trésorière Hélène Grondin, administratrice (fin : janvier 2022)

Salarié-e-s

Irène Dubois, coordonnatrice à l'administration Dominique Gauvreau, coordonnateur aux communications et agent de liaison



- 9 rencontres régulières du Conseil d'administration
- 3 rencontres de la Table des Membres.
- 6 rencontres du comité de l'Évènement Famille+
- 21 visioconférences
- 3 bingos en ligne
- 1 formation reprise deux fois pour les intervenants
- 3 rencontres en atelier pour « Rêver la FFRY »
- L'assemblée générale s'est tenue 21 juin 2021.
- Adoption d'un plan de communication en juin 2021
- Création d'une infolettre
- Développement et présence sur les réseaux sociaux (Facebook, Instagram, LinkedIn et Twitter)
- Création de quatre capsules vidéo mises sur YouTube
- Adhésion à la Table CIPE (Comité Intersectoriel de la Petite Enfance du territoire des Maskoutains)
- Adhésion à la CDC Pierre-De Saurel







Association des familles monoparentales et recomposées de Saint-Hyacinthe Hélène Grondin, coordonnatrice (jusqu'en janvier 2022)



Bonjour Soleil – Regroupement des familles monoparentales et recomposées de la Vallée-du-Richelieu Isabelle Couture, directrice générale



Centre de la famille de St-Pie Geneviève Miller, directrice



Fédération 17, Montérégie-Est des Cercles de fermières du Québec (CFQ)

Renée Dagenais, déléguée



JAG, Organisme LGBT+ de la Montérégie Philippe Girouard, intervenant délégué



Maison de la famille des Maskoutains Myriam Martel, déléguée Andréanne Morin, déléguée



Maison des Jeunes de Quatre-Vents Annick Corbeil, directrice

Service aux couples



Service aux couples Diane Therrien, déléguée

Nos membres individuels

Lucie Duguay Lise Grenon Gilbert Jetté Hélène Lussier Franciene Mucci Jean Vanier



Au cours de l'année 2021-2022, la Fédération de la famille Richelieu-Yamaska a permis à plusieurs personnes de se réunir virtuellement malgré les vagues de la pandémie de COVID-19 pour participer à des conférences, des activités et à une formation.



Prévu initialement à l'automne de 2020, cet événement a dû être reporté une fois de plus à cause des mesures sanitaires liées à la pandémie.

Nous avons donc concocté un calendrier de l'Avent avec diverses activités destinées aux membres de la famille de tous les âges, que nous avons publicisées dans les journaux et sur les réseaux sociaux.

Ces activités ont eu lieu entre le 1er et le 24 décembre 2021 en collaboration avec des organismes du comité de l'événement. Il y a eu une conférence, trois activités de bingo et des contes pour les petits et tout-petits.





Statistiques
Inscriptions: 272
Inscriptions: 221
Participation: 221
Pourcentage moyen des branchements:
Pourcentage Moyen des branchements:



3 décembre 2021 :

Vivre Noël autrement
Conférencier : Roger Lafrance,
ACEF Montérégie-Est
Cette conférence a permis une réflexion sur le
temps des Fêtes, moment de l'année marqué
pour beaucoup d'entre nous par la
consommation à outrance.



5 décembre 2021 Pour les petits et les tout-petits : Contes de Noël Raconteuse : La Pie Curieuse



17 décembre 2021 Bingo Adultes En collaboration avec le JAG, organisme LGBT+ de la Montérégie.

18 décembre 2021 Bingo Enfants

En collaboration avec la Maison de la famille des Maskoutains.

18 décembre 2021 Bingo Adolescents

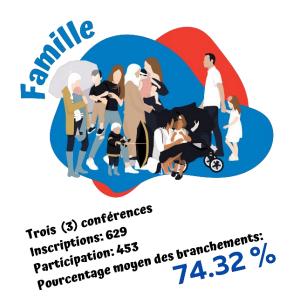
En collaboration avec le Centre de la famille de St-Pie.



La Fédération de la Famille Richelieu-Yamaska tenant compte des sujets proposés, a offert 20 visioconférences ouvertes à toute la population. Nous avons comptabilisé au total 2354 branchements sur la plateforme ZOOM à ces occasions. Soulignons que plus d'une personne pouvait participer par branchement.

Les visioconférences ont touché diverses préoccupations des membres de la famille, peu importe l'âge des personnes qui la composent.

Cette année, nous avons constaté que les auditoires s'étaient diversifiés. Au-delà du territoire de l'organisme, des personnes provenant d'autres régions du Québec, d'autres provinces et même d'Europe ont assisté à ces activités en ligne.





Rose-Marie Charest, psychologue
11 mai 2021

La relation entre parents et enfants adultes, attachement et défis

L'attachement parents-enfants se poursuit toute la vie, même lorsque les enfants sont devenus adultes. Toutefois la relation se transforme et la communication pose parfois des défis pour les parents comme pour les enfants. Comment demeurer des parents sans les traiter en enfants ?

25 janvier 2022

Conciliation travail-famille, les leçons de la pandémie

Au début du confinement, le fait que tout le monde se retrouve à la maison a été perçu comme facilitateur pour la conciliation travail-famille. On s'est vite rendu compte toutefois que chacun devait avoir un espace et du temps pour sa propre vie et qu'il était difficile de cumuler les responsabilités de la famille et du travail dans le même lieu et en même temps.

Que retenons-nous de cette expérience ? Quels sont les besoins fondamentaux que l'on ne peut négliger ? Comment faire face aux choix difficiles ? Quel équilibre maintenir entre ses propres besoins et ceux des autres ?

9 mars 2022

Les rivalités familiales - l'amour n'empêche pas tout

Même à l'intérieur d'une famille aimante, il existe des rivalités qui peuvent être plus ou moins importantes, plus ou moins destructrices. Comment prendre conscience de son propre sentiment de rivalité ? Comment éviter de blesser l'autre tout en affirmant sa différence ? Comment tenter de résoudre les conflits générés par la rivalité ?

Deux (2) conférences
Inscriptions: 288
Participation: 198
Pourcentage moyen des branchements:
67.80 %



Andrée Jetté
2 juin 2021
Pour le meilleur et pour le rire

Depuis le début de la pandémie, plusieurs ont perdu le sourire et même le goût de rire. C'est très légitime...Mais il est grand temps de passer du mode « réactif » à la pandémie au mode « créatif ».

9 décembre 2021

Faites l'humour, devenez riche et restez mince!

Parfois il nous arrive de croire en notre bonne étoile et de nous dire chanceux dans la vie, ou bien de nous sentir victimes en voyant les autres si prospères et heureux. Il est temps de reprendre notre pouvoir personnel, de se rappeler que nous sommes des « HUMAN BEINGS » et non pas des « HUMAN DOINGS » !





Michel Dorais, PhD, sociologue de la sexualité,

17 janvier 2022
Pourquoi et comment
parler de bonne conduite sexuelle aux gars ?

Conduire sa vie amoureuse sans provoquer d'accidents, sans blesser personne ni se retrouver dans de mauvais draps, ça ne va pas toujours de soi. C'est pourquoi comprendre ce qui se passe dans la tête des gars quand ils risquent de déraper est si important.

Bombardés de faussetés et de préjugés sur l'intimité et la sexualité, plusieurs gars se retrouvent sans repères et se posent même la question : comment manifester leurs attirances et vivre leurs amours sans faire de faux pas ? Si on fait partie de leurs proches, comment soutenir leur cheminement et, si on est soi-même un gars, comment participer au changement, quel que soit notre âge ?



Jessica Grenon,
Bachelière en sexologie,
coordonnatrice des interventions au
JAG, Organisme LGBT+ de la Montérégie

23 février 2022 LGBT...Quoi?

Cette conférence a permis d'en connaître davantage sur l'acronyme de la diversité sexuelle et de genre (LGBTQ+); de faire la distinction entre l'orientation sexuelle, l'identité de genre et l'expression de genre en plus de reconnaître et défaire certains préjugés et stéréotypes reliés à la diversité sexuelle et de genre.



Deux (2) conférences Inscriptions: 221 Inscription: 159 Participation: 159 Pourcentage moyen des branchements: 72.11 %



Nathalie Viens, Nathalie Viens, M. Sc., travailleuse sociale, formatrice et coordonnatrice des Formations Monbourquette sur le deuil à PRAXIS.

> 12 janvier 2022 Les étapes du deuil

Cette conférence interactive était destinée à toute personne qui souhaitait se familiariser avec le processus de deuil. Elle a permis aux participants de prendre conscience du contexte social où la mort et le deuil sont des sujets tabous, de connaître les manifestations que les gens vivent lorsqu'ils sont en deuil.



Annie Goyette, Bachelière en sociologie et autrice

15 février 2022

Perte d'autonomie et proche aidance – Tirez votre épingle du jeu!

La vieillesse et la perte d'autonomie se planifient, tel un voyage! Au lieu de repousser cette réalité ou de la subir comme une fatalité, Annie Goyette nous a proposé d'être proactifs pour minimiser d'éventuels imprévus pour vous et votre personne proche aidante. Quelle belle façon, par la même occasion, de laisser votre marque dans le temps et de tisser des liens intergénérationnels.

Sies

Une (1) conférences
Inscriptions: 83
Participation: 69
Pourcentage moyen des branchements:
83.13 %



Hélène Lussier, animatrice auprès des couples

9 février 2022 En 2022, quel engagement choisissonsnous pour vivre en couple ?

Le mariage est-il encore d'actualité ? S'engager signifie quoi pour aujourd'hui? Court terme, moyen terme, long terme? Peut-on envisager un couple qui dure toute la vie ? La société évolue et l'amour se vit différemment selon les personnes.

Hélène Lussier a abordé les diverses formes d'engagement et les enjeux que cela comporte : conjoint de fait, union civile, mariage sous diverses formes.







Éric Couto, M.S.S., T.S. Travailleur social

4 novembre 2021 C'est juste une chicane... Ou c'est de la violence ?

Thèmes abordés : Qu'est-ce que la violence conjugale ? Distinguer la violence conjugale d'un conflit de couple. Que faire si moi ou l'un de mes proches se trouve dans une relation violente en tant qu'auteur de violence ou en tant que victime ?

Deux (2) conférences
Inscriptions: 271
Participation: 186
Pourcentage moyen des branchements:



Pascal Martin, notaire

6 avril 2021 L'aspect légal des relations entre conjoint.

Thèmes abordés: Les états civils, les obligations des conjoints mariés, les obligations des conjoints de fait, les contrats de mariage, les régimes matrimoniaux, le patrimoine familial et les contrats de vie commune.

30 novembre 2021

Le testament et le mandat de protection

Thèmes abordés : Qu'arrive-t-il sans testament ? À qui iront mes biens ? Qu'arrive-t-il sans mandat de protection ? Qui s'occupera de moi et de mes biens si je deviens inapte ?





Dre Christiane Laberge, Spécialiste en médecine familiale.

> 14 avril 2021 Quelle journée!

Thème abordé : les saines habitudes de vie pour se garder en santé tout au long de la vie.



Sylvie Rousseau, psychologue

22 septembre 2021 Débrancher le pilote automatique : Améliorer sa relation avec soi

Cette conférence a permis aux participants de découvrir des moyens concrets et réalistes pour transformer notre relation avec soi, et favoriser le mieux-être.



Rose-Marie Charest, psychologue

19 octobre 2021 La solitude aux différentes étapes de la vie

L'apprentissage de la solitude fait partie du développement d'un être humain. Lorsqu'elle est imposée, la solitude peut être difficile à vivre. Quelles sont les causes et les conséquences de la solitude ? Comment sortir de la solitude ? Comment l'apprivoiser et apprendre à mieux la vivre ?





Chantal Dufort, Travailleuse sociale

11 mai 2021 La gestion du stress et de l'anxiété

Cette conférence a permis de mieux comprendre le phénomène du stress, mais surtout d'apprendre quelques méthodes efficaces et prouvées scientifiquement pour s'en débarrasser.



Sylvie Rousseau, psychologue

14 mars 2022 Aux prises avec l'anxiété? Cessez de nourrir votre tigre.

Malgré nos efforts pour tenter de contrôler l'anxiété ou notre volonté de l'apaiser en renonçant à ce que nous aimons, elle en vient à prendre de plus en plus de place. Lorsque nous la laissons diriger notre vie, nous ajoutons de la souffrance à celle qui est déjà ressentie. Cette conférence a permis aux participants de découvrir des clés afin de mieux cohabiter avec elle.



Une (1) conférence
Inscriptions: 101
Participation: 66
Pourcentage moyen des branchements:

65.35 %



Chantal Vanier
Animatrice de cuisines collectives

22 novembre 2021 Le gaspillage alimentaire ... et les fêtes !?

Les fêtes sont souvent synonymes de bouffe; de bonne bouffe; de beaucoup de bouffe. Il y en a toujours trop. Qu'est-ce qu'on fait avec ces restes ? On jette ? Ou on garde pour ne pas gaspiller? Un regard pour mesurer les impacts de ces festivités et l'alimentation.



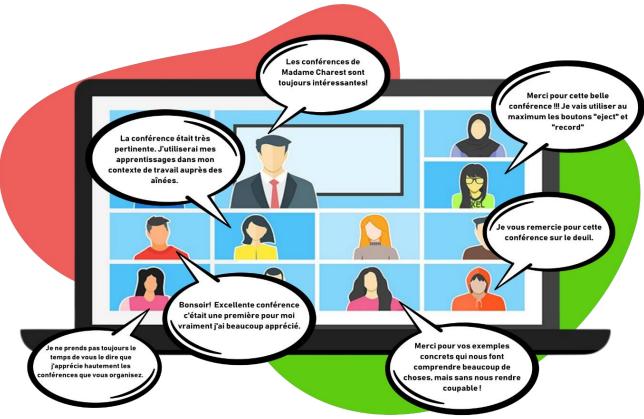




Claude Sévigny, Formateur d'adultes/ Andragogue

5 octobre 2021 A chacun ses singes, pour assumer pleinement ses responsabilités

La métaphore du singe est utilisée pour illustrer le fait que chaque personne doit assumer ses responsabilités. Cette conférence interactive veut outiller chaque personne à assumer ses singes, à éviter de collectionner le singe des autres et accompagner une personne dans la gestion de son singe. Cette conférence a été créée originalement comme formation pour la CDSEP.





Deux sessions d'une journée Inscriptions: 36

Personnes ciblées: Intervenantes et intervenants de divers organismes.



Chantal Dufort, Travailleuse sociale

27 mai et 1er juin 2021 La gestion du stress et de l'anxiété

En tenant compte de la demande, nous avons offert des sessions de formation. Les intervenants sont confrontés à des défis reliés à la santé mentale de leurs clients, plus précisément le stress et l'anxiété, en lien avec la COVID-19. Découvrir les dernières études sur le stress et les appliquer dans notre relation d'aide auprès de la clientèle. Comment, comme intervenante ou intervenant, puis-je prendre soin de moi tout en prenant soin des autres ? S'assurer que notre coffre à outils est bien garni.

Thèmes abordés :

- Statistique santé mentale versus COVID;
- L'importance d'en parler (même entre vous);
- Démystifier le stress et l'anxiété;
- Découvrir les signes précurseurs;
- Comprendre et faire un plan d'autosoin;
- La boîte à outils : exercices, méditation, pouvoir de nos pensées, ressources disponibles:
- La résilience.







Confédération des Organismes Familiaux du Québec

Franciene Mucci, est notre déléguée à la COFAQ. Elle est trésorière au Conseil d'administration.



Carrefour de développement social par l'éducation autonome populaire

Dominique Gauvreau est notre délégué. Il a été élu au Conseil d'administration lors de l'Assemblée générale annuelle d'octobre 2021. Il a participé à trois séances du Conseil d'administration entre octobre 2021 et mars 2022



Table de concertations jeunesse Maskoutaine

Dominique Gauvreau est notre délégué. Il a participé à cinq des sept rencontres de la Table au cours de l'année.



Table de concertations jeunesse de la Vallée-despatriotes

Dominique Gauvreau est notre délégué. Il a participé à l'AGA de 2021, à deux des trois rencontres de la Table et à une formation sur la délinquance sexuelle.



Concertation maskoutaine des organismes pour ainés

Dominique Gauvreau est notre délégué à la Table des ainés de Saint-Hyacinthe. Il a participé activement au Comité de coordination en préparant et en animant les rencontres de Table.



CIPE

Geneviève Miller, trésorière à la Fédération est notre déléguée à cette Table de concertation pour discuter et se concerter sur les différents enjeux en lien avec la petite enfance dans la région de Saint-Hyacinthe.



CDC des maskoutains

Dominique Gauvreau est notre délégué à la CDC des Maskoutains. Il a assisté à l'AGA 2021, à deux après-midis communautaires et à une formation sur la mobilisions des membres d'une OBNL.



CDC Pierre-De Saurel

Le 24 mars 2022, le Conseil d'administration de la CDC Pierre-De Saurel acceptait l'adhésion de la Fédération de la famille Richelieu-Yamaska comme membre de catégorie 3. Dominique Gauvreau sera le délégué de l'organisme à la corporation.





Après la lecture du rapport d'activités, nous pouvons constater que la Fédération de la Famille Richelieu-Yamaska demeure attentive aux besoins des membres des familles. Lors de nos Tables des membres, nos organismes nous rapportent leurs constats, leurs découvertes, leurs intuitions quant aux besoins des familles.

L'année qui se termine est marquée par de nouvelles approches, à cause de la pandémie de la COVID 19. Cette situation a entraîné de grands chambardements dans le quotidien des membres de la famille : fermeture d'écoles, fermeture des commerces, pertes d'emploi et de revenus, télétravail et combien d'autres.

Face à cette nouvelle réalité, nous avons ajusté nos interventions, les avons rendus disponibles sur différentes plateformes virtuelles.

Dès que les circonstances le permettront, pour les conférences, les ateliers et les formations, nous nous déplacerons dans les régions, tout en gardant le volet virtuel. Nous serons heureux de vous rencontrer à nouveau.

Donc, après 51 années, la passion habite toujours nos membres; ce qui nous permet d'apporter rapidement des changements quand le contexte le demande.

Merci de toute cette générosité, pour le temps consacré et autant d'efforts fournis, nous sommes une grande famille au service de ses membres.

Bonne poursuite!

Hélène Lussier, présidente

Conseil d'administration de la Fédération de la Famille Richelieu-Yamaska, 22 juin 2022.

