RAPPORT ANNUEL

2025-2026

SEMER L'ESPOIR, CULTIVER LE LIEN, FAIRE GRANDIR L'ACCOMPAGNEMENT

LA MAISON DES PETITS TOURNESOLS

la maison des petits tournesols
soutien enfants & familles en deuil

🌱 AVANT-PROPOS — UNE GRAINE PLANTÉE IL Y A QUELQUES ANNÉES

Il y a quelques années, en 2018, une graine a été plantée : celle visant à créer un lieu où aucun enfant, aucun adolescent et aucune famille n'aurait à traverser un deuil seul.

Notre organisme a poursuivi son processus d'expansion durant toutes ces années et a su développer sa spécificité et son expertise. Une graine a besoin de temps, de soins et d'un environnement favorable pour grandir. Il en est de même pour les personnes qui traversent un deuil. Avec de l'écoute, de la présence et du soutien, chacun peut retrouver doucement un chemin où l'amour, les souvenirs et l'espoir peuvent continuer de fleurir. C'est ainsi que l'équipe de LMPT tente de répondre aux besoins des familles que nous accompagnons avec la bienveillance, l'ouverture et l'empathie qui apaisent et aident à la résilience.

Aujourd'hui, cette graine continue de grandir grâce à une communauté engagée qui croit au pouvoir de l'écoute, du partage et du soutien. Nos projets, la reconnaissance de nos partenaires et le nombre de familles accompagnées ne cessent de progresser, démontrant l'importance de notre existence et d'un accompagnement professionnel qui répond aux besoins des familles et de la communauté.

Vous retrouverez dans les pages qui suivent:

·Nos racines, qui représentent nos valeurs, nos bénévoles et nos partenaires
·Notre tige, qui représente notre équipe qui porte la mission au quotidien
·Nos feuilles, qui représentent nos projets en développement
·Nos fleurs, qui représentent chaque famille qui trouve un espace pour avancer

MOT DE LA PRÉSIDENCE — SEMER UNE MISSION QUI GRANDIT

Depuis ses débuts, La Maison des Petits Tournesols a semé une présence bienveillante auprès des enfants, des adolescents et des familles touchées par le deuil.

Au fil des années, ces graines d'espoir ont grandi. L'année 2025-2026 marque ainsi une étape importante pour La Maison des Petits Tournesols, qui célèbre ses huit années d'existence. Portée par une équipe engagée, des bénévoles dynamiques, un conseil d'administration mobilisé et de précieux partenaires, l'organisation poursuit sa mission avec professionnalisme, chaleur et rigueur auprès des familles endeuillées.

Cette année, l'organisme a continué de développer ses services afin de rejoindre davantage de personnes, notamment grâce à un nouveau projet destiné aux adolescents. Cette initiative nous permet désormais d'accompagner l'ensemble des membres de la famille : les enfants, les adolescents, les parents et les grands-parents dans leur parcours de deuil.

Grâce à une vision à long terme, à des comités de travail actifs, à des partenariats solides et au soutien financier de différents programmes et donateurs, La Maison des Petits Tournesols est aujourd'hui une organisation bien établie et prête à poursuivre son évolution.

Après quatre années à la présidence du conseil d'administration, je quitte mes fonctions avec le sentiment du devoir accompli, confiant en la relève et en l'avenir de l'organisme. Je tiens à remercier chaleureusement toutes les personnes qui ont contribué à cette belle évolution, particulièrement Marie-Claude Martel pour son soutien exceptionnel, son étroite collaboration, son grand cœur et sa générosité.

Cordialement,

Christian Blais, président du CA

MOT DE LA DIRECTION — CULTIVER L'ÉCOUTE ET L'ACCOMPAGNEMENT

Une autre année riche en réalisations s'achève à La Maison des Petits Tournesols, et c'est avec beaucoup de fierté que nous regardons le chemin parcouru. Grâce à l'engagement exceptionnel de notre équipe, de nos bénévoles et de notre conseil d'administration, nous avons poursuivi notre mission auprès d'un nombre grandissant d'enfants, d'adolescents et de familles vivant un deuil. Un merci particulier à Marie-Pierre Plante et à Sylvie Leclerc pour leur professionnalisme, leur dynamisme et leur vision stimulante. Elles sont des alliées plus que précieuses.

Comme une plante qui a besoin d'attention pour grandir, notre organisme évolue grâce aux liens que nous cultivons avec les familles, les bénévoles, les partenaires et notre communauté.

Cette année, nous avons continué à renforcer nos services tout en faisant émerger de nouveaux projets pour mieux répondre aux réalités vécues par les jeunes et leurs proches. Ces réalisations sont le reflet d'une équipe engagée qui croit profondément que personne n'a à traverser un deuil seul.

Entre autres, cette année a été marquée par le développement de projets porteurs, notamment le lancement de notre initiative destinée aux adolescents de 12 à 18 ans, *Savoir qu'on peut en parler, ça peut faire du bien*, la création d'un atelier sur les habiletés parentales, *Naviguer la tempête*, ainsi que l'ajout de nouvelles activités favorisant le partage et le soutien des familles. Nous avons également accueilli et formé une nouvelle cohorte de bénévoles, dont la générosité est essentielle à notre mission.

Chaque année apporte son lot de défis, de rencontres et de moments précieux. Celle-ci nous rappelle plus que jamais l'importance de notre mission : offrir aux jeunes et aux familles un endroit où ils peuvent parler du deuil, être entendus et avancer à leur rythme.

Claudine Grisé, directrice

🌻 CHAPITRE 1 — NOURRIR LES POUSSES : L'ACCUEIL

NOTRE MISSION ET NOTRE PRÉSENCE AUPRÈS DES FAMILLES

- Notre raison d'être

Répondre aux besoins des jeunes en deuil et de leur famille par un accompagnement et des services aux familles gratuits et accessibles.

- Notre approche

Une approche basée sur l'écoute, l'accueil, l'ouverture, le respect. Nous sommes là pour accompagner les personnes, pas les guérir ou leur dire comment vivre leur deuil.

- Nos services

Suivis individuels, écoute téléphonique, cercles de partage, groupes d'entraide, soirées thématiques et rituelles, moments de réconfort et pour prendre soin de soi, ateliers de sensibilisation et formation aux professionnels.

- Nos valeurs

La bienveillance, la famille, l'accessibilité et l'autonomie. À LMPT nous croyons que chaque personne porte en elle les ressources et les compétences pour traverser son deuil.

« Chaque première rencontre est une invitation à déposer un peu du poids porté en silence. »

🌻 CHAPITRE 2 — LES VISAGES DERRIÈRE LA MISSION

UNE COMMUNAUTÉ ENGAGÉE

NOS BÉNÉVOLES, PARTENAIRES ET DONATEURS — LES RACINES QUI NOUS SOUTIENNENT

« Aucun tournesol ne grandit seul. Il a besoin de racines solides pour prendre sa place et continuer de s'épanouir. »

- **Nos bénévoles à l'accompagnement**

Nos bénévoles à l'accompagnement sont ces racines essentielles. Par leur présence, leur écoute et leur générosité, elles offrent aux familles un accompagnement profondément humain. Cette année, nos bénévoles auprès des familles ont offert 135 heures à l'organisme.

Elles ont été au nombre de 8. Merci à Leila, Danielle, Aurélie, Andréanne, Annette, Lyne, Rita et Rosanna.

Formation des bénévoles : cohorte de janvier 2026

Nous avons rencontré, puis formé une toute nouvelle cohorte de bénévoles les 23 et 24 janvier derniers. En effet, 7 belles personnes ont répondu présentes lors de ces deux jours. Ainsi, nous avons approfondi les fondements théoriques de notre approche auprès des familles, passé en revue les services offerts, exploré les techniques d'écoute active et enfin, pratiqué les interventions à l'aide de mises en situation. Ce fut deux jours bien remplis et fort nourrissants! Une seule personne n'a pas poursuivi son engagement avec nous.

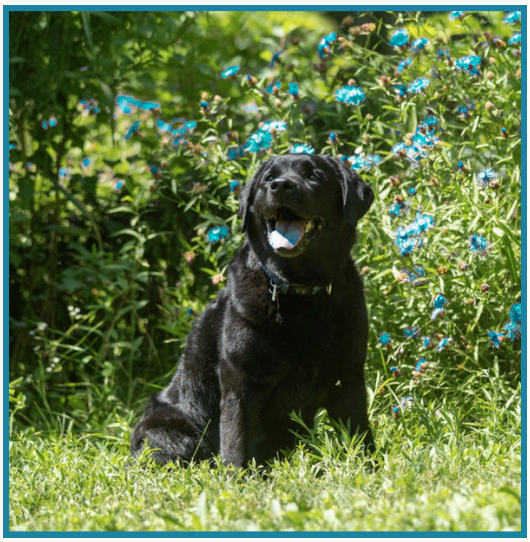
Hommage à Rita : bénévole dévouée depuis 2019

Nous tenons à souligner la participation exemplaire de Rita Ezrati, bénévole avec nous depuis les tous débuts de l'organisme, qui se retirera sous peu. Elle a été bénévole à l'accompagnement et représentante des bénévoles au comité de pratiques et au conseil d'administration. Sa chaleur, son humour, sa présence empathique, son talent, son intelligence et son humanité ont été un immense soleil permettant la croissance de nos tiges et de nos fleurs. Nous garderons de précieux souvenirs de cette collaboration. Avec tout notre amour et notre reconnaissance, chère Rita xx

« À mes débuts comme intervenante famille à LMPT il y a 3 ans, une chose en particulier m'avait marquée lors de la Journée des familles, première apparition officielle dans mes nouvelles fonctions… Le visage reconnaissant, ainsi que bienveillant de la doyenne des bénévoles au sein de notre précieux organisme. Je me souviens des mots prononcés par Rita à mon égard : « LMPT a besoin de quelqu'un comme toi! ». Wow! Quel accueil chaleureux! Encore aujourd'hui, je suis remplie de gratitude pour tout le soutien, la proactivité, le volontariat ainsi que la passion dans chacune de ses présences dans nos locaux, mais surtout auprès des endeuillés accompagnés avec soin. Rita, c'est l'âme du bénévolat à LMPT! Merci du fond du cœur pour ton écoute, ta chaleur, ta dévotion mais surtout… ta grande humanité! Ce fut un honneur de croiser ta route chère dame! Avec toute mon affection,

Marie-Pierre💕 »

Un merci tout spécial à notre amie zoothérapeute Mirka, chienne extraordinaire, qui a accueilli avec affection et curiosité les jeunes durant 30 heures cette année.



- **Notre Conseil d'administration**

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Nom	Expertise	Région	Rôle
Christian Blais	Exécutif de compagnies manufacturières	Estrie	Président
Mathieu Marcil	Planificateur financier	Montérégie	Vice-président
Pierre Fleury	Fiscaliste, CPA	Montérégie	Trésorier
Rita Ezrati	Interprète de conférences	Montréal	Représentante des bénévoles
Suzie Gaudreault	Directrice générale, CPA	Montérégie	Administratrice
Jacynthe Poudrier	Agente de développement	Montérégie	Représentante des familles
Marie-Claude Martel	Consultante en gestion	Montérégie	Administratrice

- **Nos comités**

Les membres de nos comités et du conseil d'administration ont quant à eux offert 465 heures de bénévolat, que ce soit par leur participation aux rencontres, par la recherche de financement ou dans des tâches connexes pour aider l'équipe.

En 2025-2026 se sont tenues :

6 rencontres du comité de pratiques (7 membres)
6 rencontres du comité de communications (3 membres)
6 rencontres du comité Ressources Humaines (3 membres)

- **Nos partenaires**

« Un tournesol grandit grâce à ses racines. Notre organisme grandit grâce aux personnes qui le portent. »

Nos partenaires sont des alliés précieux qui contribuent à faire connaître notre mission et à rejoindre davantage de personnes ayant besoin de soutien. Qu'il s'agisse des intervenants du milieu communautaire, de la ville de Longueuil, des personnes travaillant dans les institutions ou des élus, nous tenons à souligner combien les échanges et les collaborations avec ces personnes sont aidantes et positives pour nous.

Notre présence au sein de la communauté continue de grandir grâce à des collaborations toujours plus nombreuses avec les milieux communautaires et institutionnels de la Montérégie. Ces partenariats nous permettent d'innover, d'élargir notre portée et de mieux répondre aux besoins des familles que nous accompagnons.

Cercle de partage – Grands-parents en deuil de leur petit-enfant

Après avoir instauré, en collaboration avec **Leucan**, un cercle de partage pour les grands-parents dont un petit-enfant a été suivi par cet organisme, nous avons choisi d'élargir cette offre à tous les grands-parents endeuillés d'un petit-enfant, peu importe leur lien avec Leucan. La rencontre du 13 mai 2026, quatrième édition, était la première ouverte à ce public élargi, réunissant en petit groupe des grands-parents de différentes régions du Québec. Reconnaissant que ce deuil soit souvent vécu « en second plan », derrière celui des parents, ce cercle de partage virtuel (tenu une fois à l'automne et une fois au printemps) permet d'offrir un espace bienveillant, centré sur l'écoute plutôt que sur l'information, où mettre des mots sur un deuil souvent invisible et rencontrer d'autres grands-parents vivant une réalité similaire.

Tables de concertation

Nous participons à 3 tables de quartier : Table Jeunesse de la Montérégie-Est, Table de concertation Petite Enfance du Vieux-Longueuil, Table de concertation en santé mentale de la Rive-Sud, et sommes membres de la Corporation de Développement Communautaire de Longueuil (CDC VL) et du Regroupement des Organismes Communautaires en Santé Mentale de la Montérégie (ROCSMM). Nous participons lorsque c'est possible à des activités organisées par ces derniers ou par d'autres partenaires de Longueuil et de la Montérégie.

En 2025-2026 nous nous sommes impliqués dans des sous-comités...

Comité événements de la Table en santé mentale, avec l'organisation et l'animation d'une journée d'activités lors de la Journée nationale de la promotion de la santé mentale positive le 13 mars.

Sous-groupe lié à la Table Jeunesse du Vieux-Longueuil dont l'objectif était de réunir les informations et outils pertinents que les organismes partenaires de la Table souhaitent partager entre eux et de maintenir un fil d'actualités vivant entre tous. Une occasion de rester connectés aux réalités du milieu et de contribuer à une circulation d'information plus fluide entre les acteurs jeunesse du territoire.

Comité « modalités » de la Table Petite Enfance qui a consisté à établir des règles claires et universelles concernant la distribution des enveloppes budgétaires de la Direction de la Santé Publique Montérégie-Est et les appels de projets des organismes membres de la TPE. Nous avons eu jusqu'à maintenant 2 rencontres en 2026.

Rencontres PDÉ : notre implication fait une différence!

Depuis environ un an, nous sommes invités à participer à des rencontres qui s'intitulent « Processus décisionnel en équipe ». Chapeautées le plus souvent par le CLSC et/ou la DPJ, ces rencontres ont pour but de trouver des solutions à moyens et courts termes pour des jeunes en difficulté. Lorsque le deuil est présent dans l'histoire de vie de l'adolescent ou de l'enfant, nous collaborons en présentant nos services, tout en validant avec la famille si cela peut correspondre à leurs besoins. Dans ces espaces, nous avons la chance de créer des liens pour de futurs partenariats. Deux familles que nous avons rencontrées lors de PDÉ bénéficient aujourd'hui de nos services.

Atelier auprès des psychoéducateurs du Centre de services scolaires Marie-Victorin - 19 février 2026

Plus de 30 professionnels ont participé à notre atelier de sensibilisation au deuil pour les personnes psychoéducatrices du Centre de services scolaires Marie-Victorin. Cet atelier de 3 heures disponible sur demande vise à outiller les professionnels qui côtoient des jeunes endeuillés. C'est toujours un plaisir d'échanger avec des professionnels et de faire connaitre notre approche.

Présentation au centre de crise L'Accès

Afin de nous faire connaitre des organismes de la région, nous allons à leur rencontre lorsque c'est possible. Nous sommes allés au printemps 2026 présenter nos services au centre de crise l'Accès de Longueuil où une douzaine de personnes intervenantes étaient présentes.

Collaboration avec Autisme Montérégie – novembre 2025

Face à plusieurs demandes d'intervention auprès de jeunes autistes, dont des jeunes non-verbaux, nous avons souhaité échanger avec Autisme Montérégie afin de peaufiner notre approche et de bien l'adapter aux besoins de cette clientèle. Ces échanges nous ont permis d'explorer les outils et particularités à considérer pour mieux accueillir ces jeunes. Inspirés par le « scénario social » utilisé par Autisme Montérégie, nous avons mis en place le document *Première visite à La Maison des Petits Tournesols*, incluant des photos des lieux pour permettre aux jeunes de visualiser l'endroit avant leur arrivée. Cet outil permet d'amorcer la conversation entre parents et enfants avant une rencontre, de préparer le jeune à savoir à quoi s'attendre, et de considérer les impacts possibles d'une situation qui peut s'avérer stressante.

Sortie Casse-Noisette – 16 décembre 2025 et Remise de sapins

Chaque année, nous avons la chance de recevoir des billets de courtoisie des Grands Ballets Canadiens et du Fonds Casse-Noisette, ce qui nous permet d'accompagner des dizaines de personnes qui reçoivent des services chez nous à cet événement magique. Encore en 2025, grâce à un partenariat entre Bô Sapin et Casse-Noisette, des familles suivies à La Maison des Petits Tournesols ou par d'autres organismes communautaires pouvaient recevoir un sapin de Noël gratuit livré à domicile.

- **Nos donateurs**

Notre organisme fonctionne principalement grâce à une subvention du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC), à quelques subventions pour des projets, aux dons de personnes élues, d'individus et de fondations. Nos donateurs et bailleurs de fonds nous permettent de maintenir des services gratuits et accessibles pour les familles. Un grand merci à Santé Québec Montérégie-Est, à la Ville de Longueuil, aux élus et aux fondations qui nous ont encouragés dans la dernière année. Sans ces aides financières, notre organisme ne pourrait pas offrir autant de services de qualité et dans des courts délais.

Nous mentionnons particulièrement la Fondation J.A. DeSève et la députée Shirley Dorismond. Leur soutien fait toute la différence dans la vie de notre organisme.

Campagne *Mardi je donne* et de levée de fonds de fin d'année

Nous avons lancé en décembre 2025 une campagne organique et payante diffusée sur les comptes Facebook, Instagram et LinkedIn de LMPT afin de financer des ateliers d'expression et de réconfort pour les jeunes et les familles endeuillés. La campagne a suscité quelques dons, mais peu de nouveaux donateurs ont été rejoints. Cette première expérience servira à ajuster nos stratégies de mobilisation et de campagne financement.

- **Notre équipe – La tige qui tient l'organisme et le fait grandir**

Notre équipe est petite mais accomplit de grandes choses. Marie-Pierre Plante et Claudine Grisé sont avec nous depuis 3 ans et Sylvie Leclerc est avec nous depuis 2 ans. Ce sont leurs compétences et leur détermination qui permettent de faire autant avec si peu d'heures de travail et de ressources financières. L'équipe travaille en collégialité où les forces de chacune peuvent être mises de l'avant et où les idées foisonnent.

Durant la période estivale, nous avons la chance d'obtenir une subvention salariale d'Emploi Été Canada qui nous permet d'embaucher un étudiant. À l'été 2025 et à l'été 2026, nous avons eu le bonheur de travailler avec Rayane Kemel, étudiant en psychologie.

« J'entame mon deuxième été à La Maison des Petits Tournesols en tant qu'étudiant bénéficiant d'une subvention salariale et j'apprécie vraiment le temps que j'y passe. Travailler auprès des familles endeuillées me permet de voir concrètement ce que j'étudie en psychologie. L'écoute, la création du lien, l'accueil des émotions, tout ça prend un sens beaucoup plus clair sur le terrain que dans un manuel. Les différentes tâches et les rencontres m'apprennent chaque fois quelque chose de nouveau sur la façon d'accompagner une personne qui traverse une épreuve difficile. Je veux aussi souligner l'apport de l'équipe, parce qu'elle compte pour beaucoup dans mon expérience. Mes collègues m'ont réservé un accueil très généreux, elles ont pris le temps de tout m'expliquer et sont restées disponibles chaque fois que j'avais des questions. C'est un milieu où on se sent bien et où on a envie de s'impliquer. C'est un réel plaisir de faire partie de cet organisme.

– Rayane Kemel »

Formation continue de l'équipe en 2025-2026

-Colloque sur le deuil : Une percée de lumière sous les débris du deuil – 19 octobre 2025 – offert par le Repos Saint-François d'Assise

-La charge mentale qui dérange – 19 novembre 2025 – webinaire offert par le ROCSMM

-La matrice ACT – 29 octobre 2025 – webinaire offert par le ROCSMM
La matrice ACT est un outil visuel et clinique issu de la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT). Elle est particulièrement reconnue dans le domaine de la santé mentale et de l'accompagnement psychosocial pour sa simplicité et son efficacité.

-Intervention interculturelle et pratiques inclusives – 14 janvier 2026 – offert par l'Institut universitaire Sherpa

-Résilience et santé mentale positive – 30 janvier 2026 – offert par le Centre St-Pierre

-Santé mentale et parcours migratoire : mieux comprendre pour mieux accompagner – 25 février 2026 – webinaire offert par le ROCSMM

-Thématique 16-24 ans: Comprendre et accompagner la détresse psychologique – 8 avril 2026 – offert par Place à l'emploi

-Colloque Intervention Jeunesse – 14 avril 2026 – offert par le comité organisateur du Colloque Intervention Jeunesse

🌿 CHAPITRE 3 — CULTIVER LES LIENS

DES RENCONTRES QUI CHANGENT DES PARCOURS

Nos services visent à offrir de l'accompagnement personnalisé aux individus et aux familles, à permettre les rencontres entre familles endeuillées et à offrir des moments de réconfort et de bien-être pour alléger un peu les parcours de deuil. Ils se déclinent ainsi :

- Accompagnement individuel et familial
- Soutien téléphonique
- Cercles de partage et soirées rituelles
- Activités familiales

« Chaque moment de rencontre, chaque lien crée avec les familles permettent de faire germer des petites pousses d'espoir. »

Une famille nous partage...

« J'ai découvert La Maison des Petits Tournesols parce que mon fils, qui avait 5 ans lors de la mort de son père, m'avait dit qu'il aimerait rencontrer des enfants qui vivaient la même chose que lui. C'est Deuil Jeunesse qui m'a parlé de l'existence de LMPT et des cercles de partage pour les enfants et les adolescents. Comme j'étais suivie par un psychologue, j'y allais surtout pour mon fils, mais en allant là-bas, j'ai découvert un endroit sécuritaire où je pouvais me déposer une fois par mois (je viens aux cercles de partage et aux activités familiales).

Dans les cercles de partage, j'ai rencontré d'autres mamans qui vivaient la même chose que moi et parler avec elles m'a fait un bien immense. La présence apaisante de Marie-Pierre, Claudine et Sylvie y est aussi pour beaucoup dans le sentiment de bien-être que je ressens quand j'y vais.

J'aime y aller parce que même si la vie va vite, prendre un moment par mois pour vraiment me demander comment je vais et prendre le temps de penser à ma personne me fait beaucoup de bien. Je pense, par exemple, à la fin de la maternelle de mon fils qui avait été particulièrement difficile, parce que son père était encore vivant lorsqu'il avait commencé l'école. Je sentais qu'il était en colère, mais je n'arrivais pas à en savoir plus. À la fin de la journée, nous sommes allés aux Petits Tournesols et nous avons fait un sac souvenir pour notre personne décédée. J'ai senti que ça l'a apaisé, et en rentrant à la maison, nous avons partagé le contenu de nos sacs, et ça nous a permis de parler de son père avec douceur.

Je sais que mon fils aime beaucoup aller à LMPT. Pour lui, c'est un endroit ludique, où il se sent bien et où il peut parler de son deuil en mangeant des collations et en se sentant en sécurité. Je lui ai demandé ce qu'il pensait de La Maison des Petits Tournesols, et ses mots ont été : j'aime ça y aller. Je pense que ça dit tout :)

– Katherine »

🌻 CHAPITRE 4 — FAIRE POUSSER DE NOS INITIATIVES

- **LES FAITS SAILLANTS — VOIR GRANDIR NOTRE ACTION**

Cette année, plusieurs belles pousses ont pris racine :

🌻 Un nombre grandissant de familles accompagnées dans leur cheminement de deuil
🌻 L'arrivée et la formation d'une nouvelle cohorte de bénévoles
🌻 Le développement du projet pour adolescents de 12 à 18 ans *Savoir qu'on peut en parler, ça peut faire du bien*
🌻 La création de l'atelier sur les habiletés parentales *Naviguer la tempête*
🌻 Le déploiement de nouvelles activités familiales
🌻 Le renforcement de nos collaborations avec les milieux communautaires et institutionnels

Chacune de ces réalisations représente une étape de plus dans notre volonté de rendre l'accompagnement au deuil plus accessible.

- **DES PROJETS QUI RÉPONDENT AUX BESOINS ÉMERGENTS — LES FEUILLES**

Nos nouveautés : nos feuilles

- Projet Ados : Savoir qu'on peut en parler, ça peut faire du bien
- Atelier sur les habiletés parentales : Naviguer la tempête
- Activités de sensibilisation
- Collaborations avec les écoles et organismes

Parce que les besoins évoluent, notre façon d'accompagner doit aussi continuer de grandir. Par exemple, nous avons conclu au fil des ans qu'il nous faut non seulement accueillir les personnes chez nous mais aussi aller vers elles dans leurs milieux. En 2025-2026…

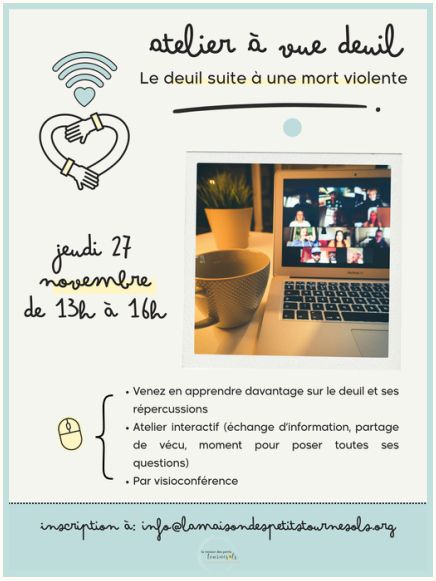
Kiosques dans les écoles et Salon des organismes du cégep Edouard-Montpetit

Aller à la rencontre des jeunes, des intervenants et des familles là où ils se trouvent : c'est aussi ça, la mission de La Maison des Petits Tournesols. Nous sommes toujours heureux d'accepter les invitations de partenaires, de milieux scolaires et jeunesse. Cette année, nous avons eu le plaisir de prendre part au Salon des organismes organisé par le cégep Édouard-Montpetit à l'occasion de la semaine de la santé mentale en mai 2026. Nous

avons aussi participé à l'automne et au printemps à la traditionnelle Foire des organismes communautaires de l'école secondaire Jacques-Rousseau ainsi qu'au Salon des parents de l'école secondaire Saint-Jean-Baptiste en novembre 2025. En vue de soutenir les étudiantes et étudiants en technique d'éducation spécialisée, nous avons participé au Rallye des organismes du cégep Édouard-Montpetit, lors duquel les étudiants vont visiter des organismes communautaires de Longueuil. De plus, en collaboration avec les chiens des bénévoles d'Ambulance Saint-Jean, nous avons rendu visite aux jeunes du programme PASSAGE à la Maison Jonathan en mai 2026. À chacune de ces occasions, nous remettons des outils, faisons connaître notre ressource plus largement et contribuons à démystifier les idées reçues sur le deuil, la mort et les pertes.

Ateliers à Vue Deuil : 4 dates au calendrier 2025-2026

Cette année encore, nous avons offert nos ateliers classiques! Notre série thématique *À vue deuil* a été présentée en quatre temps. Le 2 octobre 2025 ce fut « Le deuil chez les tout-petits ». Le 27 novembre, nous animions « Le deuil suite à une mort violente ». Le 29 mars 2026, nous présentions « Le deuil d'un parent » et enfin, le 31 mai, nous terminions avec « Le deuil dans la fratrie ».



- **Savoir qu'on peut en parler, ça peut faire du bien : un projet de sensibilisation au deuil et aux pertes auprès des jeunes**

Ce projet de cœur en plein déploiement vise à offrir aux adolescents un espace d'expression pour briser le silence entourant le deuil, leur permettant de reconnaître leurs émotions et de partager leur réalité avec d'autres jeunes. Cette année, plus d'une centaine de jeunes de 12 ans et plus ont participé à des ateliers en milieu scolaire et communautaire abordant des thèmes comme la gestion des émotions et le deuil animalier. Pour aborder ce sujet délicat, les rencontres utilisent des outils adaptés qui parlent aux adolescents, comme un atelier d'expression par le slam animé par l'artiste Poète Black alias Emmanuel Hyppolite, et se concluent par la remise d'objets sensoriels et de ressources d'aide. Enfin, la démarche inclut également la sensibilisation des adultes : un atelier spécialisé a été conçu en partenariat avec le Regroupement des organismes communautaires en santé mentale de la Montérégie (ROCSMM) afin de mieux outiller les intervenants dans leur posture d'accompagnement. En somme, cette initiative cherche à démystifier et détabouiser le deuil à l'adolescence tout en mobilisant l'ensemble de l'entourage des ados. Autant de gestes qui rappellent qu'on peut en parler — même quand c'est inconfortable — et que ça peut vraiment faire du bien!

Cercle de partage Ados, se faire connaitre davantage des jeunes

S'inscrivant dans notre volonté d'offrir des services adaptés aux adolescents dans le respect des particularités du deuil à cette étape de vie — et en continuité avec notre projet de sensibilisation « Savoir qu'on peut en parler, ça peut faire du bien » — le Cercle Humain a été lancé en février 2025 comme projet pilote et se tient depuis aux deux mois, en format virtuel. Réservé aux jeunes du secondaire vivant un deuil, il ne requiert aucune démarche préalable : les jeunes peuvent s'y joindre sans avoir reçu de services chez nous auparavant.

Projet Habiletés parentales : « Naviguer la tempête : Soutenir l'enfant en deuil »

Grâce à une subvention du Ministère de la santé publique via la Table de concertation de la petite enfance, nous avons créé deux ateliers (0-5 ans et 6-12 ans) conçus pour aider les parents à naviguer à travers les différentes vagues du deuil chez l'enfant. À l'intérieur de ces ateliers, nous avons exploré des outils concrets dans le but de soutenir les jeunes au sein de leur famille, tout en permettant un espace d'échange, de partage et de solidarité entre parents. Nous avons eu le bonheur d'animer dans deux écoles primaires de Longueuil, soit l'école primaire Paul de Maricourt ainsi que l'école primaire Marcelle-Robidoux.

« La Maison des Petits Tournesols a été, pour ma fille de 8 ans à l'époque et pour moi-même, un lieu où déposer doucement toutes les émotions liées à la mort par suicide de mon unique frère. Nous avons reçu là une aide absolument essentielle pour pouvoir retrouver un calme certain, le tout grâce à une écoute complète des intervenantes et grâce aussi à un partage précieux entre endeuillés. Nous avions heureusement d'autres mains tendues autour de nous, mais La Maison des Petits Tournesols a fait une différence notoire pendant l'année qui a suivi le décès. Il y a bientôt 5 ans maintenant que nous avançons dans ce deuil qui prend encore différentes formes avec le temps, mais j'ai reçu avec ma fille, dès l'amorce de ce long chemin, des outils qui m'ont donné confiance et qui continuent de nous aider quand les vagues de grande peine surtout, mais aussi d'incompréhension tenace et de colère mélangée, reviennent comme un vent de face qui ne semble pas vouloir s'estomper. Bref, cette Maison-là n'en est pas une fleurie que de nom; les rencontres et différents services offerts font qu'on arrive mieux à regarder vers le soleil (oui, comme les tournesols) et l'on continue ainsi à grandir malgré les soirs qui ramènent une certaine noirceur, des ombres alors plus habitables…

Merci! – Nathalie »

Nos autres réalisations — Faire fleurir de nouvelles réponses aux besoins

Au cœur de notre action se trouve une volonté constante d'écouter les besoins émergents et d'y répondre avec créativité.

Nos ateliers, nos activités familiales et nos collaborations avec le milieu témoignent également de notre désir d'accompagner les familles dans toutes les dimensions de leur parcours.

-Projet ateliers avec Joanie Poirier

Joanie Poirier avait collaboré avec LMPT il y a quelques années lors de la parution de son livre *L'Envolée.* Dans le cadre d'une adaptation de son livre en pièce de théâtre, elle a proposé deux ateliers de création avec les familles que nous accompagnons.

15 FÉVRIER : CÉLÉBRER (la vie, le lien, ce qui a été)

Transformer une date chargée en moment vivant, non pas pour nier l'absence, mais pour faire circuler la joie, la mémoire et l'élan.

15 MARS : TRANSMETTRE

Si la célébration permet d'honorer ce qui a été, transmettre permet de regarder ce qui continue, ce qui circule encore à travers nous.

Ces deux journées d'ateliers proposaient un espace créatif et bienveillant pour explorer le deuil à travers l'art, le jeu et l'imaginaire. Animées par les créatrices et autrices du spectacle théâtral jeunesse L'Envolée, les activités invitaient les participants à célébrer la vie des personnes disparues, à partager souvenirs et gestes transmis, et à transformer ces expériences en créations poétiques.

-Nouvelle activité : Moments réconfort en famille

Cette nouvelle activité propose des moments simples — un film, un atelier d'arts, une visite de toutous — à partager en famille et avec d'autres familles vivant elles aussi un deuil. Que ce soit pour échanger sur sa réalité avec d'autres personnes qui la comprennent, profiter d'un répit sans rien avoir à organiser, ou tisser des liens pour ne plus se sentir seul, chacun peut y trouver son compte.

-Les moments Espace Bien-Être

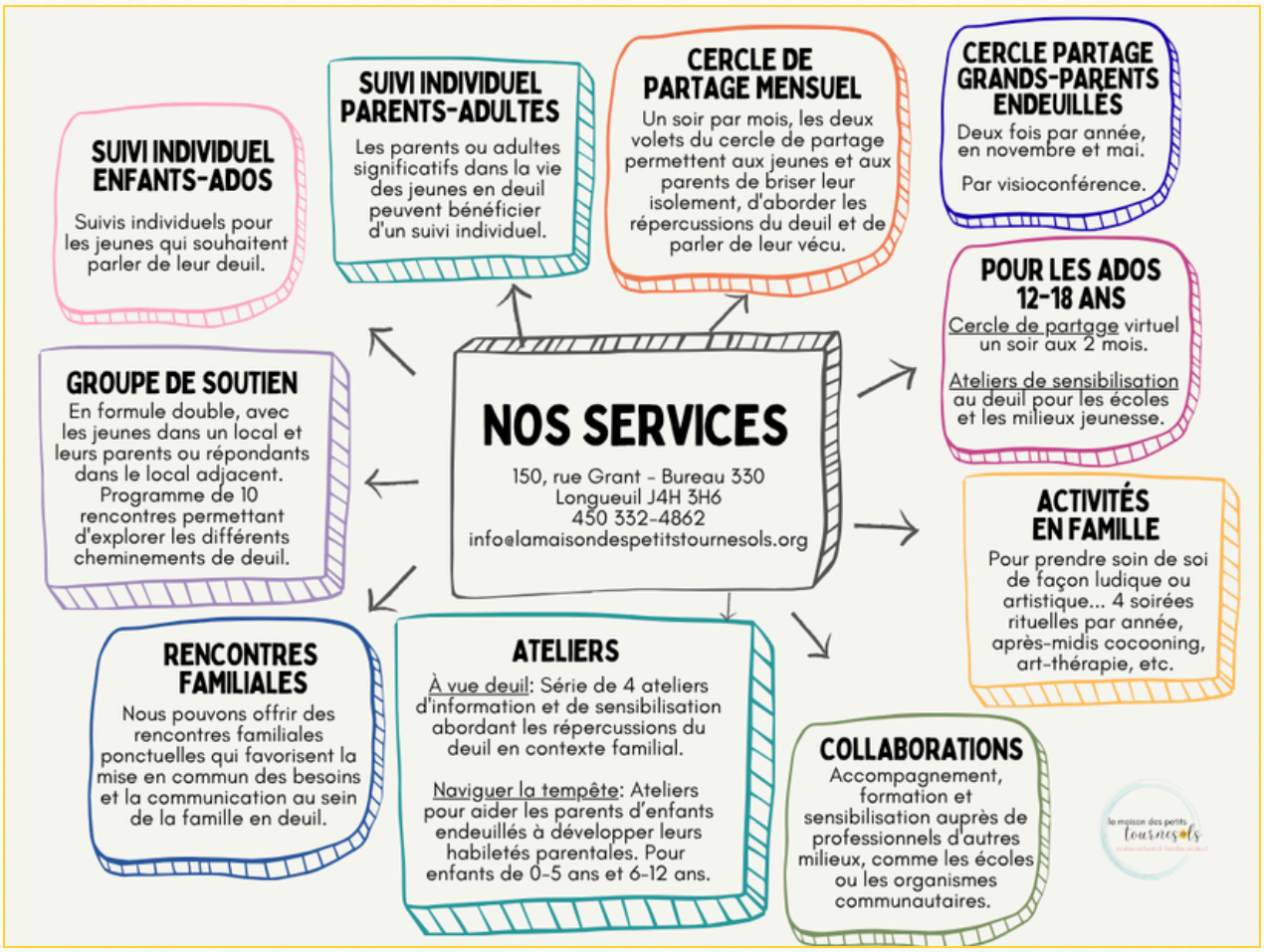
Grâce à un financement offert via la Table jeunesse de la Montérégie-Est encore cette année, nous avons pu offrir dans nos locaux des ateliers de yoga, de musicothérapie et de zoothérapie. Merci à Margaux et Jax, à Sandia et à Myra de Myrado Musique. Ces moments permettent de se reconnecter à soi et de passer un moment dans la joie, qui fait tellementde bien quand on vit un deuil!

Cercles de partage et soirées rituelles

Un jeudi soir par mois de septembre à juin, nous offrons deux cercles de partage en simultané: enfants et parents. C'est le moment pour les jeunes de rencontrer d'autres jeunes endeuillés, de même pour les parents. Au nombre de 4, nos soirées rituelles en famille suivent les changements de saison et permettent de rendre hommage aux personnes décédées.

Journée des familles – 11 octobre 2025

Cette journée a pour but de permettre aux familles de passer un moment avec d'autres familles, d'explorer des activités créatives et d'aborder leur deuil différemment. L'équipe d'intervenantes et de bénévoles de LMPT accompagne le travailleur d'été dont l'un des mandats est d'organiser ladite Journée.



CHAPITRE 5 — LES CHIFFRES QUI RACONTENT NOTRE IMPACT

L'année 2025-2026 a été très achalandée au niveau des demandes de services. Nous avons eu une augmentation significative des suivis individuels. Par contre, les activités de groupe ont été moins populaires et nous avons constaté un enjeu avec les inscriptions vs les présences. Nous avons tenté de nouvelles façons de faciliter le mode d'inscriptions et de rappels afin de travailler avec plus de fluidité, mais tout n'est pas encore au point.

Cette année:

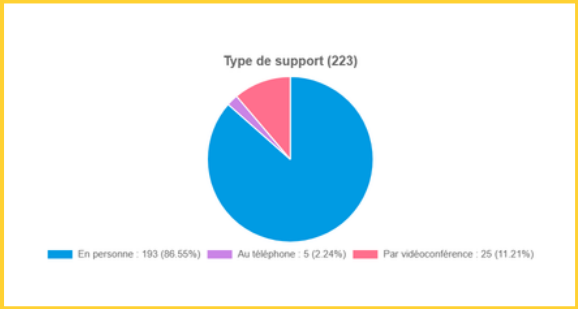
- 77 nouvelles familles accompagnées
- 223 rencontres offertes
- 355 appels et 298 courriels reçus
- 8 bénévoles à l'accompagnement
- 287 heures de soutien
- 11 bénévoles impliqués dans les comités et CA
- Une centaine de partenaires mobilisés

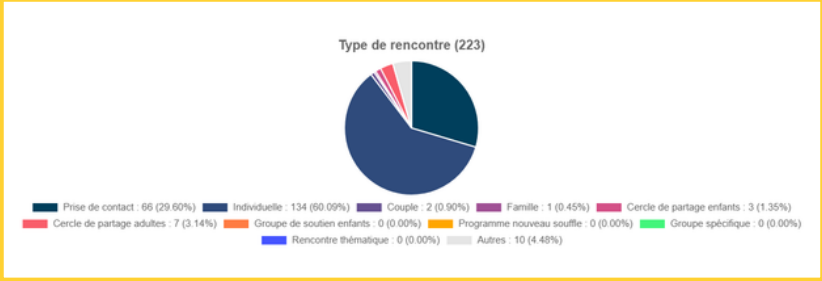
Les suivis auprès des jeunes ont plus que doublé de 2025 à 2026 (+109 %). À titre d'exemple, à eux seuls les 71 suivis jeunes réalisés dans les six premiers mois de 2026 dépassent déjà le total de l'année 2025 complète (56), illustrant l'ampleur de la demande croissante chez les enfants et les adolescents. Pour la première fois cette année nous avons offert un suivi individuel à l'école secondaire Monseigneur-A.-M.-Parent à une adolescente qui ne pouvait pas se déplacer à nos locaux. Nous espérons reconduire cette expérience au besoin.

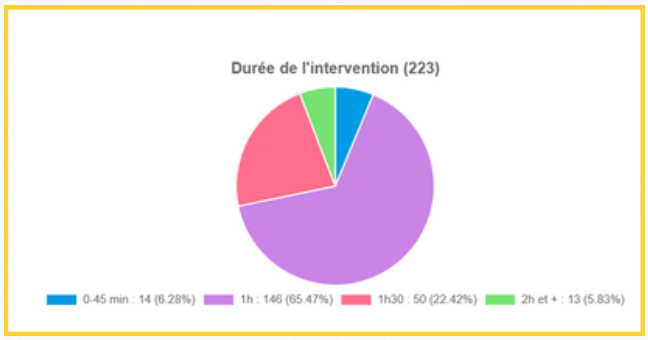
Les suivis auprès des adultes progressent également (+26 %), bien que le rythme reste pour l'instant similaire à 2025.

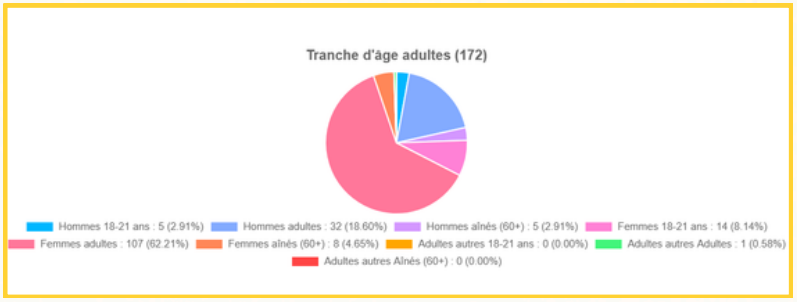
Année	2018-2019	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2022-2023	2023-2024	2024-2025	2025-2026
Interventions	166	461	522	780	765	643	975	876

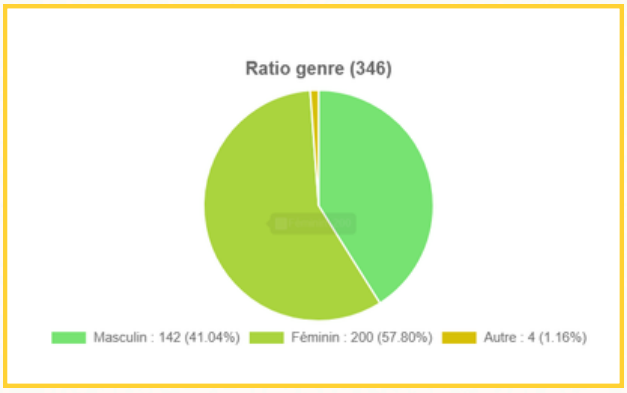
« Derrière ces 876 interventions (de tout type, incluant les demandes des professionnels), il y a eu 338 moments où une personne endeuillée ou une famille a été accueillie, écoutée et accompagnée. »

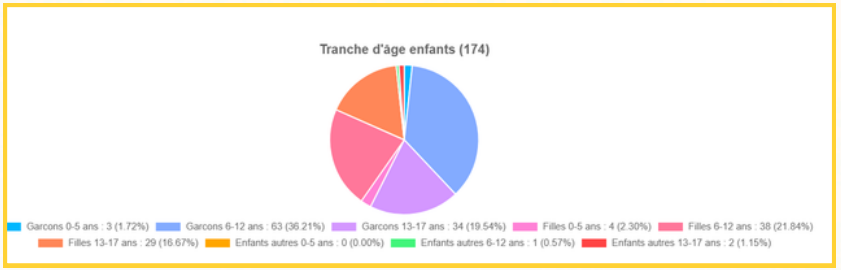












« E. a trouvé aux Petits Tournesols un lieu où le souvenir de son père est accueilli avec bienveillance, dans un contexte de famille séparée où maman garde encore beaucoup trop de colère contre ce papa parti trop tôt.

- Marie »

- **NOS COMMUNICATIONS**

Pour notre organisme, les communications extérieures via les réseaux sociaux et l'infolettre ainsi que notre site internet sont indispensables afin de mobiliser notre communauté et maximiser notre impact social.

Nous avons publié au cours de l'année de nombreuses publications informatives sur le deuil et nous remarquons que c'est ce qui attire le plus l'attention. Cependant, nous avons constaté seulement une légère augmentation de l'activité sur nos réseaux sociaux par rapport à l'an passé.

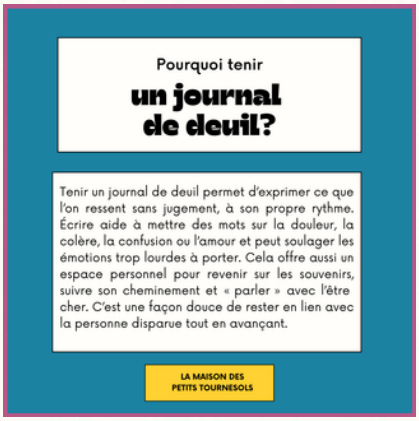
Facebook: 1 287 abonnés. La plupart des abonnés ont entre 35 et 54 ans, sont des femmes et sont de Montréal. 58 000 vues durant la période du 1er juillet 2025 au 30 juins 2026.

Abonnés Instagram : 314 abonnés

LinkedIn : 415 abonnés

Site internet : 3 681 sessions sur le site, 2 646 visiteurs uniques, 9 204 vues de pages. Augmentation de 20% des visites sur notre site cette année.

Infolettre : 380 abonnés, 4 infolettres par année



- **GESTION FINANCIÈRE**

Il y a d'autres chiffres qui sont moins palpitants à discuter, mais tout aussi importants pour le fonctionnement de notre organisme, soit les chiffres qui concernent notre réalité financière. Bien que notre situation demeure précaire et que nous ayons un léger déficit, nous avons réussi cette année à stabiliser nos opérations et à limiter l'impact de ce manque à gagner.

Un grand merci à notre trésorier, Pierre Fleury, qui depuis déjà 4 ans voit à la saine gestion de nos finances.

LA MAISON DES PETITS TOURNESOLS

RÉSULTATS

EXERCICE TERMINÉ LE 30 JUIN 2026

	2026	2025
SUBVENTIONS (annexe A)	132 079 $	110 861 $
DONS DE MINISTRES ET DÉPUTÉS (annexe B)	11 450	7 000
AUTOFINANCEMENT (annexe C)	37 779	49 585
	181 308	167 446
CHARGES		
Salaires et charges sociales	143 828	147 575
Frais de représentation	677	256
Cotisation annuelle et associations	710	670
Formation et perfectionnement	250	-
Loyer	21 564	23 868
Assurances et sécurité	2 486	2 300
Télécommunications	2 596	2 849
Frais de bureau	7 650	5 150
Honoraires professionnels	2 702	2 987
Entretien et réparations	280	1 540
Amortissement des immobilisations corporelles	1 760	447
Intérêts et frais bancaires	32	35
	184 535	187 677
INSUFFISANCE DES PRODUITS SUR LES CHARGES	(3 227) $	(20 231) $

🌻 CHAPITRE 6 — VIE DÉMOCRATIQUE ET ASSOCIATIVE

Assemblée générale annuelle de LMPT – 18 septembre 2025

Merci infiniment à Cathy Chabot, organisatrice communautaire à la Direction des programmes jeunesse et activités de santé publique du CISSS de la Montérégie-Est, pour l'animation de notre assemblée.

CA élargi LMPT – 12 juin 2026

Nous avons cette année remplacé notre traditionnel lac-à-l'épaule par un Conseil d'administration élargi à nos membres de comités et aux bénévoles. Nous en avons profité pour discuter de la campagne électorale à venir et de nos besoins financiers.

Participation à l'AGA du Foyer St-Antoine – 17 juin 2025

En tant que membre locataire, nous participons à l'assemblée générale du foyer St-Antoine à tous les ans. Cela nous permet de comprendre la réalité du Foyer et de rencontrer les autres locataires de l'immeuble.

Nous tenons à remercier Me Robert Astell, Gilles Deslauriers, membre fondateur de La Maison des Petits Tournesols, Emmanuel Hyppolite, Maryse Chevalier de Leucan, le Foyer St-Antoine, nos membres à toutes les personnes impliquées auprès de nous.

🌻 CE QUE NOUS AVONS APPRIS CETTE ANNÉE

Au-delà de ce que LMPT a fait au cours de l'année, notre équipe a aussi découvert que :

- Les besoins des adolescents sont grands
- Les parents cherchent des repères
- Les partenaires veulent mieux comprendre le deuil
- La sensibilisation est essentielle

Nos tournesols – les jeunes et leur famille

Accompagner un jeune endeuillé, c'est un peu comme prendre soin d'un jardin après une tempête. Au début, la perte ressemble à un hiver soudain qui fige tout, laissant le cœur du jeune vulnérable et meurtri. Pourtant, lorsque cette personne reçoit une oreille attentive et un espace pour exprimer sa peine, la magie de la résilience opère. Grâce à cet accompagnement, de petites pousses de courage commencent à percer la terre sombre. Comme des fleurs sauvages qui trouvent leur chemin à travers les fissures du béton, ces jeunes apprennent à grandir avec leur blessure. Le soutien des adultes, des pairs et de LMPT agit comme l'eau et la lumière : il ne fait pas oublier la tempête passée, mais il redonne au sol les nutriments nécessaires pour que la vie reprenne. Lentement, les pétales de la joie et de l'espoir se déploient à nouveau, prouvant que même après les plus grands bouleversements, la vie trouve toujours une façon unique et magnifique de faire fleurir les tournesols à nouveau.

Le bonheur de travailler avec des endeuillés

Accompagner des personnes endeuillées demande un équilibre délicat entre l'accueil de la souffrance et la réouverture progressive vers la vie. Pour une personne intervenante, aborder la notion de bien-être avec un endeuillé ne consiste pas à imposer un optimisme forcé, mais à

l'aider à se réautoriser le bien-être sans culpabilité. Aider un endeuillé à se sentir mieux n'est pas effacer sa peine, mais l'accompagner vers une cohabitation sereine entre le souvenir de la perte et la redécouverte des joies de l'existence. Travailler avec des endeuillés, c'est côtoyer la douleur et la lumière, c'est construire autour de l'essentiel de l'humain. C'est aussi pour les personnes intervenantes la satisfaction d'accompagner, de vivre l'empathie et de devenir de meilleures personnes.

🌅 CONCLUSION — GARDER NOS REGARDS TOURNÉS VERS LA LUMIÈRE

Le deuil transforme profondément la vie de ceux qui le traversent. Mais avec du soutien, de l'écoute et des espaces sécurisants, il est possible de retrouver un chemin où la mémoire, l'amour et l'espoir peuvent coexister. Chaque graine semée aujourd'hui porte la promesse d'un lendemain où davantage d'enfants et de familles pourront trouver du soutien sur leur chemin de deuil. Nous poursuivrons notre croissance avec la même conviction : lorsqu'une communauté se rassemble, il devient possible de traverser les tempêtes avec un peu plus de lumière.

À La Maison des Petits Tournesols, nous continuerons de semer des espaces de parole, de cultiver des liens significatifs et de faire grandir une communauté où chaque enfant, chaque adolescent et chaque famille peut se sentir moins seul.

Merci de marcher avec nous sur ce chemin.

REMERCIEMENTS 🌻

longueuil

Santé Québec

Montérégie-Est

Fondation J.A. DeSève
La vision généreuse de Joseph Alexandre DeSève

MOISSON RIVESUD
ALIMENTER LA VIE

LE REPOS SAINT-FRANÇOIS D'ASSISE
COLUMBARIUMS · MAUSOLÉES · CRÉMATORIUM · CIMETIÈRE
RSFA.CA

FOYER SAINT-ANTOINE

Gouvernement du Canada

« SEMER L'ESPOIR, CULTIVER LES LIENS, FAIRE GRANDIR LA RÉSILIENCE. » 🌻