



2025/26

Rapport Annuel



KMFRC
Kingston Military
Family Resource Centre

CRFMK

Centre de ressources pour les
familles des militaires de Kingston



Table des Matières

3	Mission, vision, valeurs
4	Message de la directrice exécutive
6	Message de la présidente
7	Conseil d'administrations
8	Les Petits Amis Childcare Centre (LPA)
11	Niveau 1 : Information et sensibilisation
16	Événements
22	Bibliothèque de prêt
23	Enseignement des langues secondes
24	Niveau 2 : Aide à la navigation
24	Soutien aux absences
25	Soutien à l'emploi et à l'éducation
28	Soutien aux parents
29	Soutien aux besoins particuliers et à l'inclusion
30	Programme pour les familles des vétérans
32	Santé mentale et bien-être
35	YOUTH Matter
40	Niveau 3 : Intervention individualisée
42	Services de bénévolat
47	Nos donateurs
48	Revenus et Dépenses



KMFRC

Kingston Military
Family Resource Centre

CRFMK

Centre de ressources pour les
familles des militaires de Kingston

MISSION

Fournir des services et des ressources qui améliorent la résilience et la stabilisation des familles des militaires face à des défis militaires uniques.

VISION

Créer une communauté de familles de militaires soutenue et connectée.

VALEURS

Nos services et activités sont mesurés par les normes établies dans nos valeurs. Elles sont également les principes qui façonnent nos comportements et nos gestes tandis que nous efforçons d'appuyer le mieux possible nos familles de militaires.



Confiance

Nous établissons des relations fondées sur le respect mutuel en écoutant nos clients, employés, bénévoles, partenaires et membres de la communauté. Nous respectons notre engagement et fournissons des services fiables et des renseignements exacts et ponctuels.



Intégrité

Nous sommes honnêtes avec les autres, nos bénévoles, nos clients et notre communauté. Nous consacrons nos efforts à être fiables et transparents dans tout ce que nous faisons.



Qualité

Nous visons l'excellence dans tout pour atteindre le plus haut niveau de service pour les besoins de nos familles de militaires et de notre communauté.



Respect

Nous accordons beaucoup d'importance aux personnes, à la diversité et à l'égalité. Nous traitons avec dignité et intégrité les personnes avec qui on établit un partenariat, que nous employons et que nous servons.



Habilitation

Nous investissons en du personnel et des bénévoles qui prennent l'initiative d'appuyer nos clients et communautés en vue d'améliorer leur résilience et qualité de vie.

Message de la directrice exécutive

Au CRFMK, nous avons toujours compris le pouvoir des connexions. C'est encourageant de voir que cette croyance de longue date a été confirmée par les recherches présentées au forum 2025 de l'Institut canadien de recherche sur la santé des militaires et des vétérans (ICRSMV) à Ottawa.

Nous reconnaissons qu'une connexion significative est une source essentielle de soutien pour les familles des militaires et des vétérans. Elle sert de tampon important contre les défis liés aux déménagements fréquents, aux déploiements, aux séparations et à la transition vers la vie civile. C'est pourquoi le renforcement des connexions est resté une priorité tout au long de l'année.

En gardant l'importance des connexions à l'avant-plan de notre travail, nous avons lancé plusieurs initiatives conçues pour renforcer les liens sociaux et familiaux, améliorer le bien-être mental, renforcer la résilience et favoriser un sentiment d'appartenance. Ces connexions contribuent non seulement à renforcer les familles des militaires, mais aussi à appuyer l'état de préparation opérationnelle des membres des Forces armées canadiennes, ce qui leur permet de se concentrer sur leurs tâches avec confiance et l'esprit tranquille.

Parallèlement à nos activités et services de longue date — notamment le soutien aux absences, Bébé à bord, Connexions café, Connexions café pour les vétérans à la section 560 de la Légion, les ateliers Kids Matter et YOUth Matter — nous avons lancé la soirée Plus forts ensemble : souper communautaire militaire. Cette initiative a permis aux familles des militaires et des vétérans de se retrouver, de tisser des réseaux de soutien solides et de réduire l'isolement social. Ensemble, ces programmes ont renforcé le sentiment d'appartenance et de communauté qui est essentiel au bien-être et à la résilience des familles des militaires et des vétérans.



Nous avons également lancé l'événement Après l'Arc : dîner léger et accueil des familles, pour offrir aux nouvelles familles une expérience chaleureuse, instructive et propice à la création de liens communautaires tandis qu'elles accompagnaient leurs proches dans leurs premiers pas au Collège militaire royal (CMR) de Kingston.

Forts du succès de notre Connect-a-Thon annuel, nous avons élargi l'éventail des possibilités permettant aux familles d'accéder aux ressources communautaires. Afin de mieux cerner les besoins émergents, nous avons organisé une série de forums communautaires, en ligne et en présentiel, offrant ainsi aux familles l'occasion de partager leurs expériences, de faire entendre leur voix et de renforcer les connexions au sein de la communauté.

En rassemblant les avantages d'établir des connexions entre nous et avec les ressources communautaires, nous avons commencé à élaborer le babillard, que nous avons envisagé comme une nouvelle plateforme virtuelle emballante créée par la communauté des FAC pour la communauté des FAC.

Comme Eddie Smith l'a observé, « Je pense que l'on sous-estime le pouvoir de se connecter à des personnes qui partagent la même vision. Une bonne rencontre, une seule conversation ou un instant précis peut changer une vie entière. »

Ce sentiment traduit notre engagement à faire en sorte que les familles des militaires et des vétérans aient la possibilité de tisser des liens, de se soutenir mutuellement et de s'épanouir. Nous avons hâte de continuer à créer et à renforcer ces occasions dans les années à venir.

Rien de tout cela ne serait possible sans l'engagement sans faille de notre personnel, de nos bénévoles, de notre conseil d'administration, de nos partenaires locaux et de nos bailleurs de fonds.

Ensemble, nous continuons à grandir, à évoluer et à répondre aux besoins changeants des familles des militaires et des vétérans.

En lisant ce rapport, j'espère que vous éprouvez un sentiment de fierté à l'égard de tout ce que nous avons accompli ensemble. Votre confiance, votre soutien et votre collaboration continus sont essentiels à notre travail et aux familles que nous servons. Ensemble, nous contribuons à faire en sorte qu'aucune famille de militaires ou de vétérans ne se sente jamais seule ou délaissée.

Merci de vous joindre à notre mission et de nous aider à concrétiser notre vision : créer une communauté de familles de militaires soutenue et connectée.

Ensemble, nous construisons une communauté militaire plus forte et plus soudée, une relation, une conversation et une famille à la fois.

Colleen Fairholme

DIRECTRICE EXÉCUTIVE



Message de la présidente

Au cours de l'année écoulée, le conseil d'administration du CRFMK a continué à s'engager à assurer une gouvernance solide et un leadership avisé au service de la mission de notre organisation. Tandis que notre personnel dévoué continuait à proposer des programmes et des services essentiels aux familles des militaires, le conseil d'administration s'est attaché à veiller à ce que l'organisation reste bien placée pour répondre aux besoins actuels et futurs.

Tout au long de l'année, le conseil a maintenu son engagement à l'égard d'une saine gouvernance en examinant les politiques organisationnelles, en approuvant les mises à jour nécessaires et en assurant la surveillance pour assurer la responsabilisation, la transparence et la prise de décisions responsable. Ces efforts contribuent à consolider les fondements de notre organisation et à répondre aux normes élevées auxquelles s'attendent nos membres et nos intervenantes et intervenants.

L'organisation continue d'être dans une bonne situation financière grâce au soutien continu de ses bailleurs de fonds, donateurs, partenaires communautaires et grâce à la gestion financière prudente du personnel et du conseil. Grâce à un suivi rigoureux, les ressources continuent d'être affectées aux services qui ont le plus grand impact sur les familles des militaires.

L'impact positif du CRFMK est rendu possible grâce à l'engagement de nombreuses personnes. Au nom du conseil d'administration, je tiens à exprimer ma sincère gratitude à notre personnel, à nos bénévoles, à nos partenaires locaux, à nos sympathisants et à mes collègues du conseil d'administration pour leur engagement sans faille au service des familles des militaires. Ensemble, nous continuons à bâtir une organisation solide, réactive, résiliente et prête à soutenir notre communauté pour les années à venir.

Catherine (Beth) MacLean

Présidente



Conseil d'administration

élu à l'AGA de septembre 2025

Catherine (Beth) MacLean

PRÉSIDENTE

Anna Downe

VICE-PRÉSIDENTE

Yevgenia (Jennifer) Mykolenko

TRÉSORIÈRE/SECRÉTAIRE

Maj. Stéfanie Renaud

REPRÉSENTANTE DU COMMANDANT DE
LA BASE (EX-OFFICIO)

Caroline Poulin

MEMBRE DU CONSEIL
D'ADMINISTRATION

Robert Hamilton

MEMBRE DU CONSEIL
D'ADMINISTRATION

Tanya Dion

MEMBRE DU CONSEIL
D'ADMINISTRATION

Colleen Fairholme

DIRECTRICE EXÉCUTIVE
(EX-OFFICIO)

Jessy Marr

MEMBRE DU CONSEIL
D'ADMINISTRATION

Heather Pay

MEMBRE DU CONSEIL
D'ADMINISTRATION

332

Heures de Bénévolat





Les Petits Amis

Childcare Centre

Cette année, LPA a eu le plaisir d'organiser une journée portes ouvertes dans le cadre du Connect a Thon, au cours duquel chaque classe a préparé des activités d'accueil et des expositions pour inviter les familles à découvrir notre centre. L'événement a attiré un grand nombre de participants, et les enfants étaient ravis de voir leurs enseignants dans un cadre autre que le programme régulier, ce qui a rendu l'expérience particulièrement significative pour eux.

Notre camp d'été a été riche en aventures, en découvertes et en apprentissages. Les participants au camp ont visité le Lang Pioneer Village, où ils ont fait un bond dans le passé pour découvrir comment les pionniers vivaient, travaillaient et se divertissaient. Un autre point saillant a été la visite interactive du Musée ferroviaire de l'est de l'Ontario à Smiths Falls, où les enfants ont pu monter à bord des pièces exposées et découvrir l'univers fascinant des locomotives. Les fréquentes sorties dans les parcs locaux et les aires de jeux aquatiques ont ajouté au plaisir; les enfants rentraient pleins d'énergie et avec une multitude d'histoires à raconter sur leurs aventures estivales.

Nous avons également été ravis d'accueillir le Sandy Pines Wildlife Centre dans notre classe de maternelle. Les enfants ont découvert des animaux sauvés et leurs histoires uniques; cette expérience captivante a nourri à la fois leur curiosité et leur compassion.

Un autre moment marquant a été notre 3e cérémonie annuelle de remise des diplômes de maternelle. Les familles, les enseignants et les camarades se sont réunis pour célébrer les réussites de nos diplômés, alors qu'ils s'apprêtaient à franchir une nouvelle étape dans leur parcours scolaire. Ce fut une fête joyeuse et riche de sens pour toutes les personnes présentes.

Afin de favoriser une plus grande implication des parents, Halloween s'est déroulée un peu différemment cette année. Plutôt que de recourir à la distribution de friandises traditionnelle, nous avons organisé une fête familiale effrayante et spectaculaire, avec des jeux, des activités, des tirages au sort et un photomaton. Les familles se sont jointes à la fête, faisant de cet événement un moment vraiment mémorable et ouvert à tous.

L'apprentissage professionnel est également demeuré une priorité pour notre équipe. De nombreux enseignants ont participé à la conférence Nothing Without Early Learning organisée par la ville de Kingston, et en sont revenus inspirés et revitalisés, et avec de nouvelles idées à mettre en œuvre dans leurs classes. Par ailleurs, les membres du personnel participent régulièrement aux sessions mensuelles de formation professionnelle organisées par la ville de Kingston, qui constituent de précieuses occasions d'échanger avec des collègues, de partager les pratiques exemplaires et de poursuivre leur perfectionnement professionnel.



« C'était parfait. Je suis ravi d'avoir pu partager ce moment amusant au gymnase avec lui et que les enfants dont les parents n'ont pas pu venir aient eux aussi pu profiter de la fête. »



Nous étions particulièrement ravis d'avoir pu acquérir et mettre en place le programme Jolly Phonics dans l'une de nos classes de maternelle cette année. Ce programme a suscité un vif enthousiasme tant chez les enseignants que chez les enfants. Grâce à des histoires captivantes, à des chansons, à des jeux et à des activités manuelles, Jolly Phonics a considérablement renforcé la conscience phonologique de manière ludique et constructive. Nous sommes très encouragés par son succès et nous avons hâte d'étendre ce programme à d'autres classes, à mesure que notre confiance et notre expérience avec ce programme continuent de grandir.

« Je tenais à adresser un immense merci à toute l'équipe de LPA pour la superbe cérémonie de remise des diplômes d'hier. Les décorations, les friandises, les cadeaux, la vidéo, les poèmes... tout était extraordinaire et si joliment réalisé. Merci de faire ça pour nos enfants. Cela nous a laissé des souvenirs inoubliables! Un grand merci. »

Niveau 1 : Information et sensibilisation

Fournir des informations opportunes, précises et pertinentes reste l'un des piliers de l'engagement du CRFMK à soutenir les familles des militaires et des vétérans. Au cours de l'année écoulée, le CRFMK a continué d'améliorer son approche en matière de partage de l'information, en mettant l'accent sur l'accessibilité, l'uniformité et les liens significatifs, en veillant à ce que les familles se sentent informées, appuyées et habilitées à chaque étape de leur parcours militaire. Nous avons amélioré notre approche afin d'offrir une expérience davantage axée sur la relation plutôt que purement informative. Les connexions demeurent essentielles, et l'accent est mis sur l'établissement de liens, la promotion de la confiance et la création d'occasions de participation significative entre les familles et l'équipe du CRFMK.

Cela se reflète tant dans notre personnel que dans l'évolution constante de nos espaces. L'équipe des services d'information est passée de trois à quatre membres du personnel, ce qui nous a permis de renforcer notre capacité à fournir une assistance rapide, réactive et axée sur les relations. Parallèlement à cette évolution, le comptoir d'accueil a été officiellement renommé « **Bureau de soutien communautaire** », une appellation qui reflète mieux son rôle de point de contact principal pour l'accueil, l'orientation et le soutien. Ici, les assistants des services d'information ne se contentent pas de fournir des renseignements : ils offrent également une écoute attentive, des conseils et un soutien relationnel dans un environnement sûr et accueillant, et veillent à ce que chaque personne se sente valorisée et intégrée dès son premier contact.

538

Visites

376

Personnes ont participé
à la pause café





Les trousse de bienvenue continuent également de jouer un rôle important et de donner une première impression positive. Au cours de l'été 2025, le CRFMK s'est associé à Downtown Kingston pour lancer un sac isotherme de bienvenues à double marque conçue et financé par Downtown Kingston. Ces sacs constituent une ressource utile et pratique pour les familles, tout en mettant en avant cette relation précieuse et en permettant aux familles de découvrir le centre-ville et tout ce qu'il a à offrir. La distribution a débuté en octobre 2025, améliorant ainsi l'accueil global réservé aux familles nouvellement arrivées.

Fort de ces premiers liens tissés, le Carrefour communautaire du CRFMK est devenu un lieu de rencontre dynamique et très fréquenté par les particuliers et les familles en quête d'informations et de connexions. Le Carrefour comprend des espaces dédiés, notamment le *Coin d'information*, le *Coin des enfants* et le *Coin des rencontres*, tandis que le *Coin café* favorise à la fois les interactions sociales et l'utilisation individuelle de l'espace. L'espace communautaire ne cesse de s'agrandir et d'évoluer pour répondre aux besoins des familles des militaires. Cette année, nous avons mis en place un nouvel espace de travail dédié, équipé de fournitures de bureau et scolaires, afin de créer un environnement confortable et fonctionnel pour divers types d'utilisateurs. Cet espace de travail offre aux adultes un lieu dédié à la réalisation de tâches professionnelles, telles que la gestion administrative, la planification ou les projets liés au travail, tout en proposant aux jeunes un cadre propice aux devoirs, aux révisions et à d'autres activités scolaires. Cet espace de travail accueille également les personnes qui apportent leur propre ordinateur portable ou leurs propres appareils, en leur offrant un cadre calme, organisé et accueillant pour travailler, étudier ou échanger.

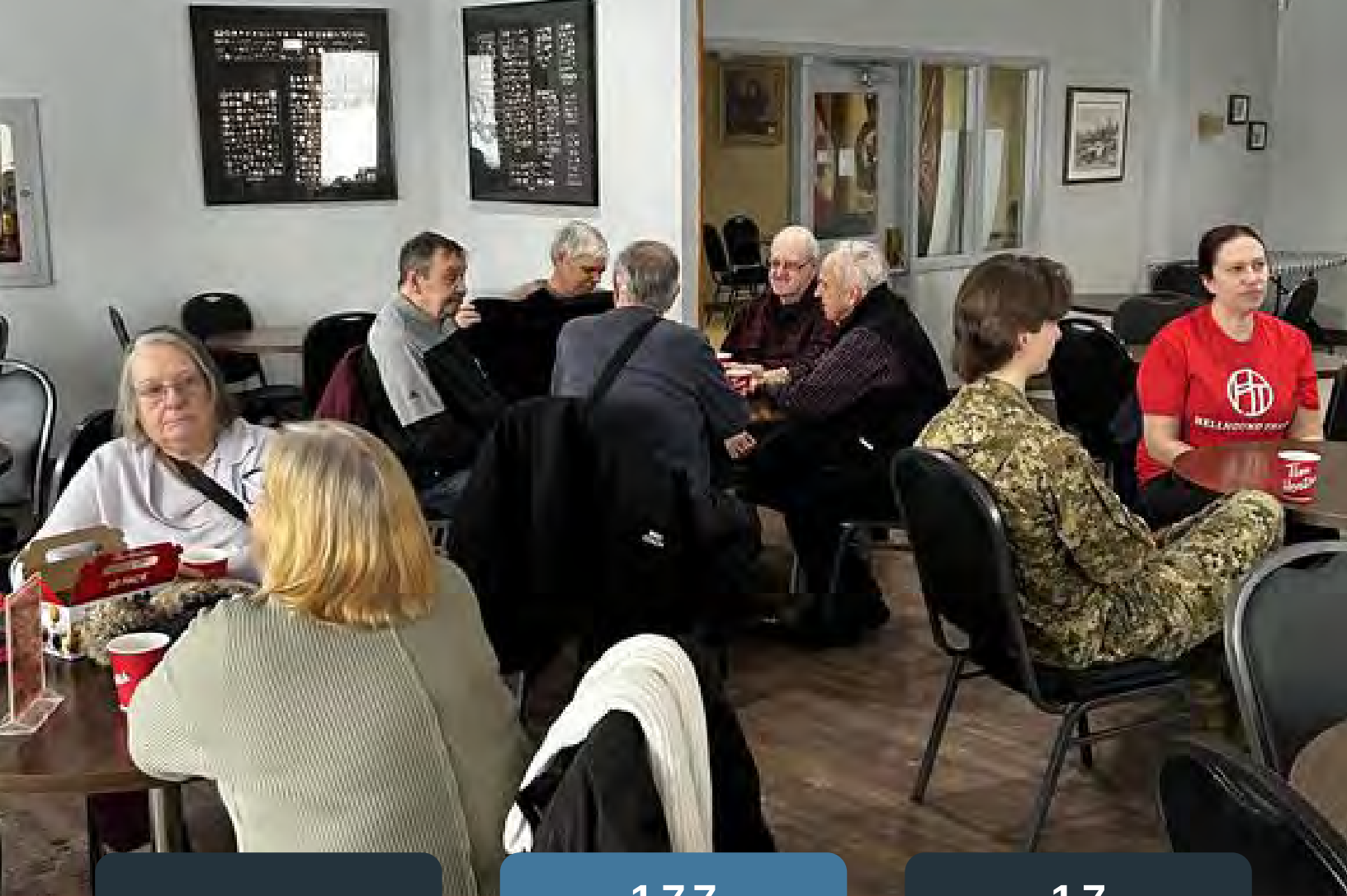
En s'adaptant à différents âges et à divers usages, cet espace de travail amélioré favorise l'accessibilité, la productivité et l'inclusion, renforçant ainsi le rôle de l'espace communautaire en tant que ressource commune précieuse. Les **pauses café** hebdomadaires demeurent une initiative très appréciée, offrant aux clients une occasion régulière et conviviale de nouer des relations, de partager leurs expériences et de bénéficier d'un soutien dans un cadre informel.



573
Enregistrements

496
Nombre de trousse de bienvenue distribuées

410
Nombre d'appels de sensibilisation



12

Rencontres Organisées

177

Participants pour
l'année

17

Moyenne Personnes par
Session

Les **Connexions café pour les vétérans** ont continué de croître tout au long de l'exercice 2025-2026, ce qui a renforcé l'engagement du CRFMK à soutenir les vétérans et leurs familles. Au cours de 12 rencontres mensuelles, dont deux ont été généreusement organisées par la section 560 de Limestone City de la Légion royale canadienne, pendant la fermeture du CRFMK, les participants ont pu bénéficier d'un espace de confiance propice aux échanges entre pairs, au partage d'histoires et à la mise en commun de ressources.

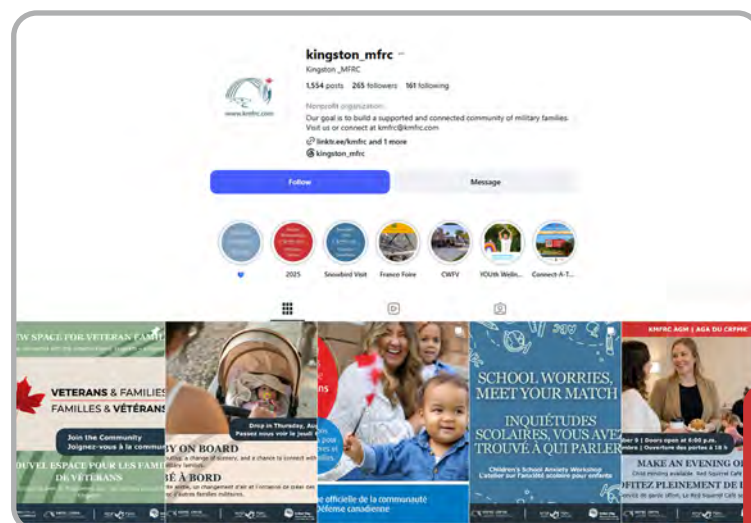
Cette initiative a accueilli 177 participants au cours des 10 sessions organisées par le CRFMK, soit une moyenne de 17 participants par session. Parmi les faits saillants, on peut citer une clinique d'audition gratuite offerte en collaboration avec HearCanada et des conversations significatives entre les vétérans et les membres actuels des FAC, renforçant ainsi les liens entre les générations de militaires.

Les canaux d'information électroniques et physiques du CRFMK continuent de soutenir et d'élargir ces liens créés en personne. Le site Web crfmk.com, intégré à sbmfc.ca, reste une plateforme centrale d'information, complétée par les médias sociaux, des supports imprimés et un service direct par téléphone, par courriel et lors d'échanges en personne. À la suite d'une année complète du bulletin électronique Nouvelles du CRFMK, cette plateforme est devenue un outil clé pour le partage des programmes, des services et des mises à jour, grâce à l'engagement croissant des abonnés.

En mars 2026, le CRFMK a réaffirmé son engagement en faveur de la prestation de services bilingues en lançant son domaine dédié au français, crfmk.com. Cette nouvelle plateforme numérique facilite l'accès aux programmes, aux services et aux ressources, tout en renforçant la visibilité, la représentation et le soutien apportés aux familles de militaires francophones dans toute la région. Ce lancement témoigne des efforts constants déployés par le CRFMK pour garantir que ses services restent accessibles, inclusifs et adaptés aux besoins de la communauté qu'il dessert.

Vers la fin de cet exercice, il est apparu clairement que notre présence sur les médias sociaux gagnerait à s'inscrire dans une structure plus ciblée et mieux définie. Les conclusions issues de la recherche et des consultations ont guidé l'élaboration d'une stratégie visant à développer trois pages dédiées, dont la page principale *Centre de ressources pour les familles des militaires de Kingston (CRFMK)*, ainsi que des espaces distincts pour *Youth Matter* et le *Programme pour les familles des vétérans*.

Si ces pages mettent en avant des domaines d'action spécifiques, elles continueront également à diffuser des informations, des soutiens et des ressources utiles à l'ensemble des jeunes et des vétérans. Cette structure permettra de garantir que les communications atteignent plus efficacement les publics les plus concernés, améliorant ainsi la visibilité, l'engagement et l'accès à l'information dans chaque domaine d'activité, tout en créant des occasions de renforcer le message et d'élargir la portée grâce à une promotion croisée entre les différents canaux.



Statistiques de Facebook

CENTRE DE RESSOURCES POUR LES FAMILLES DES MILITAIRES DE KINGSTON

695 500

Nombre de Vues
(soit une hausse de 960 %)

23 363

Visites
(soit une baisse de -8.7%)

PROGRAMME POUR LES FAMILLES DES VÉTÉRANS

826

Nombre de vues

148

Visites

YOUTH MATTER

995

Nombre de vues

130

Visites

Statistiques d'Instagram

CENTRE DE RESSOURCES POUR LES FAMILLES DES MILITAIRES DE KINGSTON

55 710

Nombre de Vues
(soit une hausse de 596,4 %)

779

Visites
(soit une baisse de 16,9%)

PROGRAMME POUR LES FAMILLES DES VÉTÉRANS

75

Nombre de vues

16

Visites

YOUTH MATTER

234

Nombre de vues

22

Visites

Événements

Outre ces efforts continus, le CRFMK a organisé plusieurs événements de grande envergure qui ont offert de précieuses occasions de partager des informations, de renforcer les collaborations et de sensibiliser le public.

Le **Connect-A-Thon 2025 de la BFC Kingston** a une nouvelle fois réuni des familles de militaires, des associations locales et des fournisseurs de services locaux dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Cet événement, qui a accueilli plus de **450 participants**, comprenait **54 kiosques d'information** tenus par des organisations issues des milieux militaires, des vétérans, communautaires, éducatifs, sanitaires et de loisirs, offrant ainsi aux familles de précieuses occasions de découvrir les soutiens, les services et les ressources disponibles dans toute la région.

Parmi les points saillants, citons la première journée portes ouvertes « Connect-A-Thon » de Les Petits Amis Childcare Centre, les activités organisées à la plage Arrowhead par le PSP de Kingston, ainsi que la mise en place d'un service de navette gratuit en collaboration avec Kingston Trolley Tours, qui a permis d'améliorer l'accessibilité entre le stationnement auxiliaire et le site de l'événement. Le généreux soutien de Stéphanie Burke, de Northstone Real Estate Group et de la Compagnie d'embouteillage Coca-Cola Canada Limitée a permis d'organiser un barbecue communautaire gratuit, ce qui a contribué à renforcer les liens et l'engagement tout au long de la journée.



« Je suis un officier de l'armée récemment retraité (après 36 ans de service) et j'y ai assisté avec mes deux petits-enfants. En tant qu'ancien commandant adjoint de la base, je peux vous affirmer que cet événement a été très bien organisé et qu'il met en évidence l'attention et la bienveillance sincères dont fait preuve la BFC Kingston envers ses militaires et la communauté dans son ensemble. Tout était bien organisé, captivant et professionnel. Le CRFMK a fait honneur à la base! »

La **Marche canadienne pour les vétérans** – Kingston 2025 a réuni 90 vétérans, des membres actifs des Forces armées canadiennes, des familles et des sympathisants de la communauté afin de rendre hommage à leur engagement, à leur sacrifice et à l'importance des liens communautaires. Les participants ont été accueillis par des allocutions du colonel John Scott, du député Mark Gerretsen et de l'adjoint au maire Paul Chaves, la chorale des épouses de militaires canadiens a interprété l'hymne national et l'association Music Healing Veterans a assuré l'animation musicale tout au long de l'événement.

Parmi les moments forts, citons l'exposition de la réplique des Portraits honorifiques, généreusement offerte par le Musée de l'électronique et des communications militaires, le soutien d'Echelon Wellness, qui a offert de l'eau pour les participants et tenu un point de ravitaillement en eau le long du parcours, ainsi qu'une offre promotionnelle pour les inscriptions anticipées généreusement proposée par DoubleTree/Home2 Suites by Hilton Kingston. Ensemble, ces contributions ont permis d'organiser un événement marquant et mémorable qui a renforcé les connexions au sein de la communauté militaire et des vétérans.





Le CRFMK a également organisé sa première édition de **Plus forts ensemble : souper communautaire militaire** en février 2026 au mess des officiers Vimy. Généreusement financée par la section locale 183 de la LiUNA, cette soirée conviviale avait pour but de permettre aux membres adultes de la communauté des Forces armées canadiennes, notamment les militaires actifs, les vétérans et les membres adultes de leur famille de se retrouver autour d'un repas.

Cet événement a permis aux participants de partager leurs expériences, d'échanger des stratégies et de nouer des liens solides avec d'autres personnes qui comprennent les réalités de la vie militaire. Les commentaires des participants ont mis en évidence le fort sentiment de connexion et d'appartenance qui s'est instauré tout au long de la soirée. Beaucoup ont souligné à quel point il était facile d'engager la conversation, de faire de nouvelles rencontres et de trouver des points communs malgré la diversité des expériences et des étapes de la vie. Les éléments interactifs ont contribué à créer une ambiance détendue, inclusive et axée sur les relations, propice à l'établissement de liens authentiques. Le succès de cet événement a confirmé la nécessité permanente de proposer des activités ciblées et destinées aux adultes, visant à renforcer les liens sociaux et le soutien entre pairs au sein de la communauté militaire.



En août 2025, le CRFMK a organisé sa première édition de l'événement **Après l'Arc : dîner léger et accueil des familles** au Mess des adjudants et des sergents afin d'offrir un espace accueillant aux familles après la Cérémonie du défilé sous l'Arc du Collège militaire royal. Avant l'événement, les navigateurs pour les familles des militaires ont participé au défilé sous l'Arc afin d'aller à la rencontre des familles et de leur fournir des informations sur le CRFMK et la cérémonie d'accueil à venir. Les familles ont été invitées

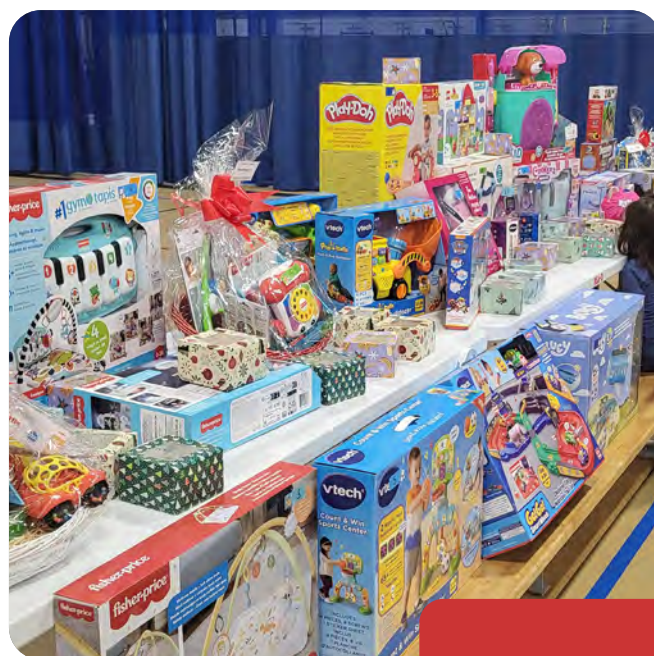
à profiter d'un déjeuner léger tout en découvrant les ressources proposées par des organismes tels que les Services aux familles des militaires, CANEX et le Collège militaire royal. Grâce à des échanges constructifs et au partage de ressources, cet événement a permis de rassurer les familles confrontées à une transition importante dans leur vie, transformant ainsi l'incertitude en confiance, en liens et en enthousiasme face aux expériences à venir.

« Ma mère a assisté à l'un de vos événements après le défilé sous l'Arc, et maintenant, elle est vraiment ravie de faire partie d'une famille de militaires. Elle voulait que je passe la voir pour lui donner plus d'informations! Ça ne fait que deux mois qu'elle est là, mais elle s'investit déjà beaucoup. »

Fête hivernale pour les enfants de la garnison de 2025 a accueilli 702 participants pour une célébration festive placée sous le signe de la joie des fêtes, des liens communautaires et des moments de plaisir en famille. Les participants ont pu profiter de rencontres avec le Père Noël, de balades en calèche, de chocolat chaud, de concerts, de maquillage pour enfants, d'artistes spécialisés dans la sculpture de ballons, ainsi que du tramway de Noël décoré et de la mascotte de Kingston Trolley Tours, mis généreusement à disposition gratuitement.

En réponse aux commentaires de la communauté, un espace dédié aux jeunes a été mis en place pour les participants âgés de 12 à 18 ans, offrant ainsi aux jeunes plus âgés la possibilité de se rencontrer et de s'impliquer. L'événement a également été marqué par le tirage au sort « Winter Wonderland », au cours duquel 100 lots ont été remis, dont 32 généreusement offerts par des associations locales, contribuant ainsi à égayer un peu plus les fêtes de fin d'année pour les familles de militaires de la communauté de Kingston.

Au-delà des festivités, cet événement a permis aux familles de tisser des liens avec d'autres personnes qui comprennent les réalités particulières de la vie militaire, leur apportant ainsi un sentiment d'appartenance et de soutien à une période de l'année où certaines peuvent souffrir de l'absence d'un être cher.





Durant le **Mois des enfants de militaire**, nous avons poursuivi nos efforts visant à sensibiliser et à mobiliser l'ensemble de la communauté de Kingston et de ses environs. La promotion menée sur nos pages sur les médias sociaux (CRFMK et YOUTH Matter), sur YourTV (la chaîne communautaire de Kingston diffusée sur Cogeco Cable) et par le biais de communiqués de presse a permis de mieux sensibiliser le public à cette campagne. Des collaborateurs clés de la communauté ont également soutenu plusieurs initiatives marquantes, notamment l'illumination de l'hôtel de ville de Kingston en bleu sarcelle et le lever du drapeau bleu sarcelle au quartier général de la base.

Une collecte de fonds de type 50/50 a également été organisée en soutien au Mois des enfants de militaire, avec une cagnotte de 915,00 \$. Le prix a été remporté par David Sutton, membre de l'Ordre de Saint-Georges, qui a généreusement fait don de ses gains, au nom de l'Ordre, au CRFMK pour qu'il continue de soutenir nos jeunes résilients.

De plus, nous avons fourni des informations sur le bleu sarcelle et partagé des ressources avec les établissements scolaires afin de contribuer à élargir la portée et l'impact de la campagne. Le CRFMK a également organisé une célébration du bleu sarcelle, accueillant de nombreuses familles de militaires et des enfants résilients pour un après-midi placé sous le signe des échanges enrichissants et des activités. Cet événement a permis aux jeunes de vivre des expériences créatives et interactives, notamment grâce à un photomaton qui a beaucoup plu aux participants, à un atelier de loisirs créatifs pour enfants auquel les familles ont pris part ensemble, ainsi qu'à un espace animé, baigné de musique et de rires, qui a favorisé les liens entre les participants. Au total, l'événement a accueilli aussi bien des familles déjà présentes que de nouvelles familles issues de la communauté.



Bibliothèque de prêt

La bibliothèque de prêt du CRFMK a continué de s'agrandir cette année, offrant des informations précieuses, des ressources et un soutien aux familles des membres des FAC. Notre sélection, soigneusement élaborée, comprennent des ouvrages qui abordent les trois principaux défis liés à la vie militaire (absences, déménagements et transitions), aidant ainsi les familles à mieux comprendre, gérer et s'adapter aux expériences particulières du service militaire. Elle comprend désormais près de 80 titres en français, dans le cadre de notre engagement constant à élargir l'offre de ressources francophones.

La collection de la bibliothèque de prêt s'appuie sur les recommandations des professionnels du domaine d'aide, des centres de ressources pour les familles des militaires partout au Canada et des familles des FAC elles-mêmes, en veillant à ce que les ressources demeurent pertinentes,

Les familles ont accès à près de 170 ouvrages spécialement sélectionnés pour aborder les spécificités de la vie militaire (notamment les absences, les déménagements et les changements de vie).

Cette année, davantage de familles des FAC ont fait appel à la bibliothèque de prêt pour obtenir de l'aide, ce qui a entraîné une hausse de 527 % du nombre d'emprunts.

pratiques et adaptées aux besoins de la communauté militaire.

Les enfants qui fréquentent Les Petits Amis Childcare Centre continuent d'accéder régulièrement à la bibliothèque de prêt. Grâce à des récits qui reflètent les réalités de la vie militaire, notamment les déménagements, les déploiements, les retrouvailles et d'autres changements familiaux, les enfants ont l'occasion de se reconnaître dans ces expériences, ce qui favorise leur sentiment d'appartenance, valide leurs sentiments et renforce leur résilience. En mettant à leur disposition des ressources adaptées, la bibliothèque de prêt aide les familles de militaires à acquérir les connaissances, les capacités d'adaptation et le réseau de soutien nécessaires pour faire face aux défis de la vie militaire.



Enseignement des langues secondes

Au cours de l'exercice 2025-2026, l'enseignement des langues secondes est passé d'un programme de niveau 2 à un service de niveau 1 et relève désormais de l'équipe des services d'information. L'équipe fournit des informations, des aiguillages et une aide à la navigation aux familles de militaires à la recherche d'occasions d'apprendre une langue seconde, tant à des fins de développement personnel que professionnels.

Au cours de la période visée par le rapport, 41 personnes se sont inscrites au soutien à l'enseignement des langues secondes. Parmi ces personnes, 37 souhaitaient suivre une formation en français et 5 une formation en anglais.

En plus de fournir des informations sur les programmes disponibles, l'équipe des services d'information continue d'informer les familles des membres des Forces armées canadiennes des ressources locales et nationales en matière d'apprentissage des langues. Ces occasions permettent aux familles d'accéder à des formations linguistiques qui favorisent leur intégration, leur insertion professionnelle, leur parcours scolaire et leur engagement au sein de la communauté.

Niveau 2 : Aide à la navigation

SOUTIEN AUX ABSENCES

Services et Points Saillants



Chaque fois qu'un membre des Forces armées canadiennes (CAF) était absent de chez lui pour des raisons professionnelles, l'équipe de navigation pour les familles des militaires était là pour soutenir sa famille. Grâce à des interactions sociales, à des ateliers axés sur les compétences et à des échanges individuels, les familles des militaires ont bénéficié d'un accompagnement tout au long des différentes étapes des absences liées au travail.

Nous avons continué d'offrir un soutien aux absences virtuel toutes les deux semaines, le mardi soir, avec l'aide du gestionnaire du soutien à la communauté militaire et des navigateurs pour les familles des militaires. Ces sessions ont été l'occasion de tisser des liens sociaux et de bénéficier du soutien de ses pairs grâce à des échanges ouverts, ainsi que de discuter des moyens de renforcer sa résilience, de rester en contact à distance et de créer des souvenirs malgré l'éloignement. En moyenne, cinq personnes se sont inscrites à chaque session virtuelle; toutefois, seulement 26,6 % d'entre elles y ont finalement participé.

Après son lancement réussi en février 2025, nous avons continué d'offrir la série Saisons d'absence tous les trimestres tout au long de l'exercice 2025-2026. Au total, la série Saisons d'absence a enregistré 36 inscriptions et 15 participants. Lors de l'événement le plus populaire, qui s'est déroulé en juillet, les adultes et les enfants ont appris à tenir un journal durant une absence, puis ils se sont amusés au soleil dans la fontaine à jets d'eau près du CRFMK.

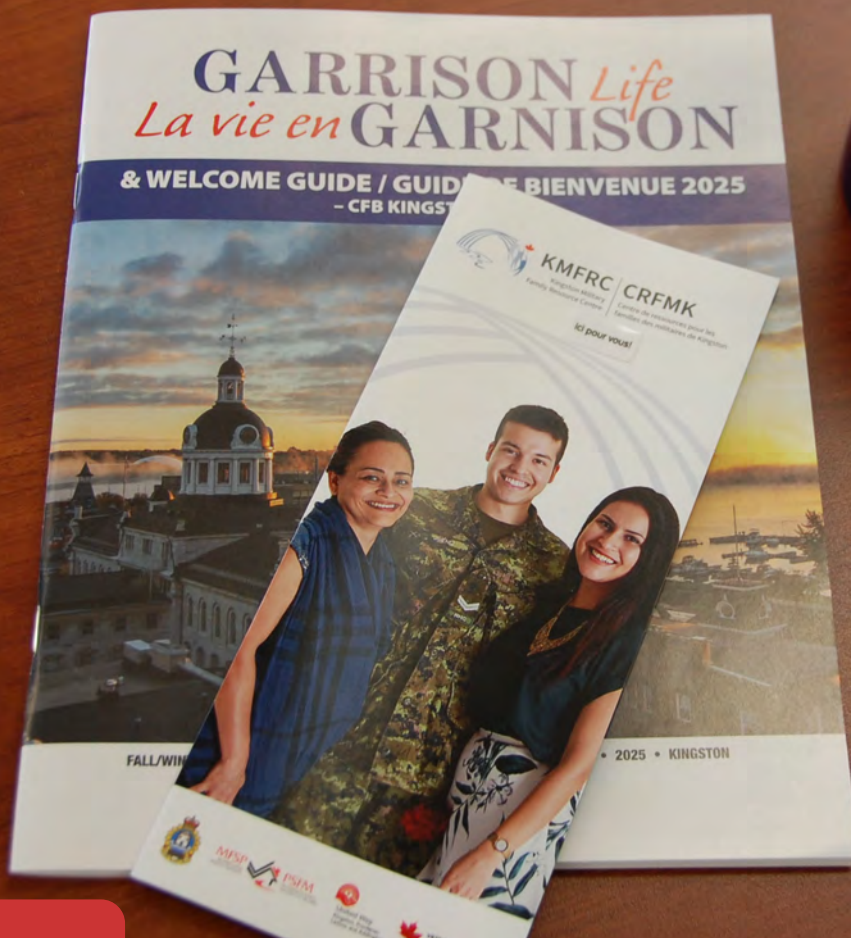
Soutien aux absences individuel

Les familles des FAC ont collaboré avec les navigateurs pour les familles des militaires tout au long de l'exercice 2025-2026 afin de se préparer aux trois phases d'absence : le prédéploiement, le déploiement et la réintégration. Ce soutien a permis de renforcer la capacité des familles à s'adapter et à faire face aux réalités de la vie militaire. Pendant les périodes d'absence, les familles ont bénéficié d'un soutien continu et personnalisé par le biais d'appels téléphoniques et de rendez-vous individuels. De plus, les familles ont pu bénéficier de ressources d'accompagnement tel que des revues, des cahiers d'exercices adaptés à leur niveau de développement et des livres d'histoires conçus pour aider les enfants et leurs familles à assimiler et à exprimer leurs expériences. Le CRFMK a également perpétué sa précieuse tradition qui consiste à offrir des oursins de soutien aux familles confrontées à des absences prolongées ou répétées, leur apportant ainsi un réconfort et un lien affectif précieux.

Le CRFMK a reçu 401 demandes de soutien aux absences au cours de l'exercice 2025-2026. 337 absences ont été prises en charge directement par le CRFMK; certains membres des Forces armées canadiennes (FAC) et leurs familles ont été absents plusieurs fois au cours de l'année civile.

32 familles ont bénéficié d'une aide en raison de restrictions imposées ou d'affectations sans accompagnant.

64 demandes de soutien aux absences ont été transmises aux CRFM les plus proches des proches des membres des FAC; toutefois, le CRFMK a été le premier point de contact pour ces familles.



SOUTIEN À L'EMPLOI ET À L'ÉDUCATION

Soutien à l'emploi

L'équipe de navigation pour les familles des militaires est fière d'avoir aidé près de 40 conjointes et conjoints de membres des Forces armées canadiennes (FAC) à atteindre leurs objectifs professionnels et éducatifs, en leur offrant un accompagnement personnalisé et en les mettant en relation avec des ressources locales et nationales. L'aiguillage vers des agences de placement, l'Initiative d'emploi pour les conjoints de militaires et le Réseau pour l'emploi des conjoints des militaires, CarrièrePRO+, LinkedIn Learning et des salons de l'emploi virtuels ont aidé les conjointes et conjoints à accéder aux possibilités, à bâtir des réseaux professionnels, et à relever les défis d'emploi associés à la vie militaire.

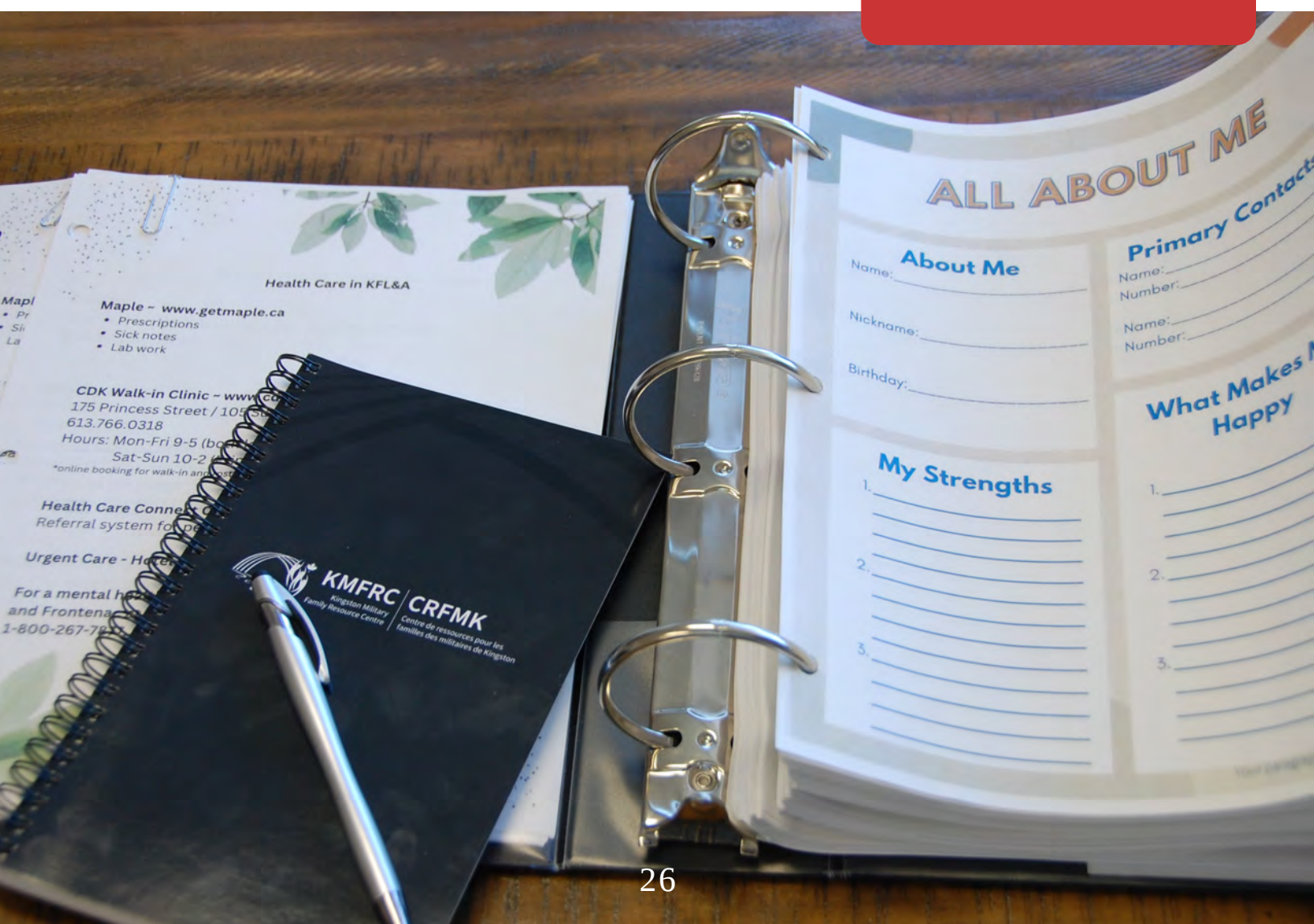
Ateliers sur le classeur d'absence

Au cours de l'exercice 2025-2026, l'équipe de navigation pour les familles des militaires a proposé trois versions de l'atelier sur le classeur d'absence : déménagement; questions médicales et scolaires; et absence. Tous les ateliers ont été proposés au moins une fois en groupe; toutefois, plusieurs familles ont bénéficié d'un soutien individuel pour la création d'un classeur.

Une nouveauté au cours de cet exercice a été l'atelier sur les classeurs d'absence, mis en place par le CRFM virtuel des SBMFC en rassemblant des ressources provenant de divers centres de ressources pour les familles des militaires. Conçu pour aider les familles à se préparer aux aléas liés aux absences professionnelles d'un membre de la CAF, le classeur d'absence est un outil permettant de rassembler diverses informations importantes concernant la famille.

Par exemple, un classeur d'absence peut contenir des informations sur le membre des FAC et la personne qui s'occupe principalement de l'enfant, une copie du plan de prise en charge familiale, les mots de passe de la famille, les coordonnées des personnes à contacter en cas de besoin, etc.

Tous les ateliers sur les classeurs d'absence ont permis aux familles d'organiser les informations essentielles liées à leurs besoins spécifiques. Au total, huit classeurs ont été créés par des familles de militaires au cours de l'exercice 2025-2026. La moitié d'entre eux ont été mis en place dans le cadre d'un groupe, et les autres à l'issue d'un entretien individuel avec une navigatrice ou un navigateur pour les familles des militaires.



Déménagement

Au cours de l'exercice 2025-2026, de nombreuses familles ont reçu du soutien tout au long de leur processus de déménagement. Qu'elles viennent d'arriver à Kingston ou qu'elles s'apprêtent à quitter la ville, les familles des militaires peuvent s'adresser à l'équipe d'aide à la navigation pour obtenir des informations utiles, des ressources et un soutien moral tout au long de leur parcours. Le plus souvent, les familles sollicitaient des conseils concernant les soins de santé, l'inscription à l'école et la garde d'enfants.

Seul à la maison

Au cours de l'exercice 2025-2026, l'équipe d'aide à la navigation a organisé quatre sessions du programme Seul à la maison, dont deux avec un soutien en français. Chaque session a attiré un public nombreux, avec un total de 31 participants cette année, ce qui témoigne de l'intérêt que suscite ce programme auprès des familles de militaires. En dotant les jeunes issus de familles de militaires de compétences pratiques et d'une plus grande confiance en eux, ce programme aide les familles à faire face aux trois défis liés à la vie militaire : les absences, les déménagements et les transitions.

Read for Fun

Au cours de l'année scolaire 2025-2026, le CRFMK s'est à nouveau associé à Littératie Ensemble et au programme de soutien scolaire « Queen's Read for Fun ». Le CRFMK a accueilli des étudiants bénévoles de l'Université Queen's, qui ont aidé les jeunes issus de familles de militaires à améliorer leurs compétences en lecture, en écriture et en compréhension. Pour les familles confrontées à des déménagements fréquents et à l'absence des personnes qui s'occupent des enfants, Read for Fun comble une lacune en matière de soutien scolaire, sans frais supplémentaires, afin d'aider les enfants à atteindre leur plein potentiel d'apprentissage.





SOUTIEN AUX PARENTS

Nous sommes conscients du défi particulier que représente le fait de vivre une grossesse et les premières années de la parentalité tout en devant gérer les absences liées au service, les déménagements et d'autres aspects de la vie d'une famille de militaire. Au cours de l'exercice 2025-2026, onze familles ont reçu un **cadeau de naissance dans un sac**, une initiative destinée à accueillir et à accompagner tous les membres de la communauté des FAC qui bénéficient d'un accompagnement périnatal au sein de notre centre. Cette ressource comprend des informations détaillées sur les services et activités destinés aux parents, des conseils sur le bien-être, un livre que les parents peuvent lire à leurs tout-petits, ainsi qu'une combinaison spécialement conçue en l'honneur des enfants issus de familles de militaires de la région.

Nous invitons également les futurs et les nouveaux parents à participer à notre groupe de rencontre mensuel **Bébé à bord**, afin d'échanger sur

les ressources et les stratégies utiles tout en tissant des liens avec d'autres membres de la communauté militaire. Cette année, Bébé à bord a accueilli une infirmière de santé publique, ainsi que la coordinatrice du programme « Bébés en santé, enfants en santé » de la Nation métisse de l'Ontario. Sept personnes différentes ont visité Bébé à bord au moins une fois en 2025-2026.

Au cours de l'exercice 2025-2026, les membres de l'équipe de navigation pour les familles des militaires se sont rendu chaque trimestre au **centre A Great Start for Families (Kahwà:tsire Ronwatiyenawá:se)**. Cette collaboration continue nous a permis de nouer des liens avec les familles de la communauté des FAC, ainsi qu'avec les organismes partenaires qui soutiennent les familles ayant des enfants de la naissance à 6 ans. Il s'agit d'une ressource particulièrement utile pour les familles de militaires qui viennent de déménager ou qui sont confrontées à une absence.

« Je tenais simplement à prendre un instant pour vous remercier d'avoir pris le temps de nous présenter, à mon mari et moi, les programmes destinés aux futurs parents. Nous apprécions vraiment votre gentillesse et les informations utiles que vous nous avez fournies — c'est formidable de savoir quelles ressources et quel soutien sont disponibles. Cela change vraiment la donne pour des familles comme la nôtre. »



SOUTIEN AUX BESOINS PARTICULIERS ET À L'INCLUSION

La salle sensorielle a reçu 151 visites d'enfants et de familles des FAC, ainsi que du personnel de LPA et du CRFMK, en 2025-2026. De nouveaux panneaux muraux sensoriels et d'autres améliorations ont été ajoutés tout au long de l'année, enrichissant ainsi les possibilités d'exploration et de développement sensoriels. Cet espace continue de favoriser l'apprentissage, la découverte et l'autorégulation dans un environnement bienveillant.

Programme pour les familles des vétérans

L'exercice 2025-2026 a été marqué par des changements et une période d'adaptation pour le Programme pour les familles des vétérans. Dans le cadre des efforts d'harmonisation menés par le Centre de transition (TC), le PSFMV a mis en place de nouveaux niveaux de soutien destinés aux familles dont les proches quittent l'armée pour des raisons médicales, grâce à la fonction de conseillère ou conseiller en transition familiale. En réponse, le Programme pour les familles des vétérans a lentement commencé à s'éloigner de ceux qui étaient encore dans le processus de libération pour soutenir ceux qui sont de l'autre côté de l'uniforme.

Nous avons veillé à ce qu'aucune famille ne soit laissée pour compte, en collaborant étroitement avec le ou conseiller en transition familiale et le Centre de transition afin de mettre en place un processus d'aiguillage fluide, dans l'espoir de continuer à identifier davantage de familles et à les soutenir dans leur transition de la vie militaire à la vie civile.

« J'ai beaucoup apprécié les discussions franches, et c'était agréable d'être entouré de personnes qui vivaient la même situation que moi. J'ai beaucoup apprécié toutes les activités pratiques et j'ai appris qu'il est normal de ne pas être bien parfois, mais qu'il faut savoir qu'on peut toujours trouver de l'aide et où la trouver. »



Comme pour tout changement, les systèmes mettent du temps à se mettre en place, et le nombre de demandes a diminué avec ce nouveau processus d'aiguillage; c'est pourquoi nous avons commencé à mettre l'accent sur la sensibilisation et le développement de programmes, principalement dans le domaine des vétérans. Le renforcement des relations existantes et la prise de contact avec de nouveaux intervenants constituaient une priorité. Des réunions ont eu lieu avec l'équipe de direction d'ACC afin d'étudier les possibilités pour le Programme pour les familles des vétérans d'être présent sur place et d'assurer des réunions informelles, de participer plus régulièrement aux réunions du personnel, ou encore d'organiser conjointement des séances d'information, tant sur place qu'à l'extérieur, à l'intention des clients d'ACC et des membres de la communauté. Nous avons commencé à nous efforcer d'établir des liens avec les vétérans de notre zone d'intervention élargie, par le biais des sections locales de la Légion et d'autres initiatives de sensibilisation.

Après avoir déterminé que les vétérans manquaient de soutien pour explorer l'identité et le but des FAC, les CFPV ont demandé l'approbation de poursuivre la création d'un atelier. Notre proposition a été approuvée, et nous avons consacré de nombreuses heures à éplucher des études et à rassembler des contenus et des exercices, afin de pouvoir lancer le programme au cours de l'exercice 2026-2027.

En raison d'une demande croissante, le programme Comment guérir : développer l'autorégulation après un traumatisme a doublé sa capacité d'accueil (20 participants) et a fait l'acquisition d'accessoires indispensables et très utilisés afin d'aider les personnes souffrant de douleurs chroniques, de blessures physiques et de maladies, et de leur offrir une expérience globalement positive.

Un groupe mensuel de diplômés du programme Comment guérir : développer l'autorégulation après un traumatisme a également été mis en place afin de permettre aux anciens participants

de renouer des liens entre eux et de se familiariser à nouveau avec les outils acquis tout au long du programme. De nouvelles méthodes de régulation du système nerveux ont également été introduites afin de favoriser un développement et un enrichissement continus, et d'élargir la « panoplie d'outils » pour les participants.

Le Programme pour les familles des vétérans a participé au forum Respect avec des exposés présentés par l'ombud des vétérans et les commissionnaires; il a également assisté au discours de la ministre des Vétérans aux Homes for Heroes Village, à de nombreuses rencontres autour d'un café organisé par le Musée de l'électronique et des communications militaires, la Légion et l'association des vétérans de St. Mark, ainsi qu'à d'autres événements organisés par la Légion, pour n'en citer que quelques-uns.

La formation continue a notamment consisté en la participation des officiers de liaison avec les familles et de la CFPV à la session de formation continue d'automne du CT, à la participation au forum annuel de l'ICRSMV, à une formation sur les soins tenant compte des traumatismes, ainsi qu'au sommet Atlas, entre autres activités enrichissantes. Des enseignements précieux ont été tirés et ont permis de nouer et de renforcer des relations essentielles avec les parties prenantes et les partenaires locaux. Ils ont aussi incité l'équipe à poursuivre son développement et à élargir les soutiens apportés à nos familles de vétérans.

Le Programme pour les familles des vétérans a accueilli 315 personnes au cours de cet exercice pour un total de 680 interactions avec les clients. Plus de 230 clients anciens et actuels apprécient les courriels réguliers envoyés par nos CFPV pour promouvoir des événements, des ateliers, des services, etc. Le programme Premiers secours en santé mentale a certifié 25 nouveaux « aidants » au sein de notre communauté. 31 participants ont pris part à la marche du Programme pour les familles des vétérans. L'ouvrage Accessing Our Potential de Dan de Luis a inspiré plus de 30 membres du personnel et clients ou clients en leur montrant comment jouer un rôle actif dans leur santé et leur bien-être.

« Prendre conscience de l'aide importante qui existe et du fait que d'autres personnes sont confrontées à des difficultés similaires. C'est un programme formidable qui m'a aidé à mieux comprendre le stress, les traumatismes liés au stress opérationnel, les traumatismes et le corps. J'utilise désormais beaucoup ces techniques de respiration dans la voiture ou pour faire la transition entre le travail et la maison. Je me sens plus intégré depuis que j'ai suivi ce programme. »

Santé mentale et bien-être

ATELIER SUR L'ANXIÉTÉ SCOLAIRE POUR LES ENFANTS – STRATÉGIES POUR LE SOUTIEN ET LE DÉVELOPPEMENT

L'atelier sur l'anxiété scolaire pour les enfants – Stratégies pour le soutien et le développement a été animé par l'équipe de santé mentale et a réuni sept enfants âgés de 6 à 11 ans. Cet atelier avait pour objectif d'aider les enfants à identifier et à gérer leur anxiété liée à l'école, tout en renforçant leur confiance en eux et leur bien-être émotionnel en cette rentrée scolaire, tout en proposant aux parents des outils pratiques pour favoriser le bien-être émotionnel de leurs enfants lors de la rentrée scolaire.

Au cours de discussions interactives, les enfants ont exploré la notion d'anxiété, les causes courantes du stress lié à l'école et les stratégies d'adaptation saines. Ces activités visaient à développer la conscience de soi, à déterminer ses points forts et ses réseaux de soutien, à pratiquer la pleine conscience à travers des exercices sensoriels, et à découvrir des moyens constructifs de gérer ses inquiétudes grâce à l'activité « Mon pot d'inquiétudes ». La session s'est terminée par une séance guidée de yoga et de relaxation, qui a été très appréciée par les participants et a favorisé la régulation émotionnelle et la réduction du stress.

Les parents ont reçu des supports à emporter présentant des stratégies fondées sur des données scientifiques et des techniques d'adaptation destinées à aider leurs enfants à gérer leur anxiété et à s'adapter avec succès à l'environnement scolaire. Dans l'ensemble, cet atelier a permis aux enfants et à leurs familles d'acquérir des compétences pratiques pour renforcer leur résilience, leur confiance en eux et leur bien-être émotionnel en ce début d'année scolaire.





JOURNÉE DU BIEN-ÊTRE DES ENFANTS, DES JEUNES ET DES ADULTES

Cette année, nous avons regroupé ces trois journées en une seule afin de proposer une journée complète d'activités enrichissantes visant à favoriser le bien-être mental, physique et émotionnel des enfants, des jeunes et des adultes, tout en leur présentant les services de soutien en santé mentale disponibles au CRFMK et au sein de la communauté. Même si la participation n'a pas été aussi importante que nous l'aurions souhaité, cette journée a été un succès, il y avait du zumba, du yoga, de la thérapie par l'art et une séance de « bain sonore »; les participants ont pu explorer des stratégies d'adaptation saines, l'expression des émotions et la pleine conscience dans un environnement sûr et bienveillant. Le programme mettait l'accent sur des objectifs clés en matière de bien-être : réduire l'anxiété, renforcer la confiance en soi et les liens entre pairs, mieux faire connaître les services disponibles et soutenir la communauté militaire confrontée aux défis courants liés au mode de vie militaire, tels que la mobilité, la séparation et le stress opérationnel.



PAPAS MILITAIRES

En collaboration avec l'équipe d'aumônerie de la BFC Kingston, nous avons poursuivi notre travail de mise en œuvre du programme Papas militaires, qui a été testé et développé à la BFC Kingston et à la BFC Trenton. Papas militaires est un programme collectif d'une durée de 10 semaines, qui comprend également trois séances individuelles avec des animateurs tout au long du programme. Il a pour objectif d'aider les hommes à nouer des relations plus solides et plus saines avec leurs enfants, leur famille et leurs réseaux de soutien, et de renforcer la sécurité et le bien-être des enfants et des familles des militaires.

Le programme Papas militaires a été proposé à deux reprises cette année, de septembre à novembre 2025, puis de janvier à mars 2026. Au total, 16 papas militaires issus de ces deux

groupes ont participé au programme et en ont tiré profit.

Cette année, l'équipe de développement de Papas militaires a organisé en février une formation pilote de trois jours destinée aux animateurs, en collaboration avec le personnel du CRFM, et l'équipe d'aumônerie a accueilli cette formation à Trenton. Cette formation a de nouveau été proposée en septembre et elle a été dispensée à Cornwall à l'intention de tous les CRFM et de toutes les équipes d'aumônerie. Ces formations permettent aux autres CRFM et équipes d'aumônerie de tout le Canada de se familiariser avec le programme, d'échanger avec d'autres animatrices ou animateurs et, à terme, de proposer le programme Papas militaires aux membres des FAC qui sont des pères partout au Canada.

« Devenir parent, ce n'était pas facile; apprendre à être un bon parent peut s'avérer encore plus difficile. Élever véritablement un enfant demande des efforts et un dévouement qui durent toute une vie. Je ne m'étais pas rendu compte à quel point j'avais besoin du groupe Papas militaires avant de commencer à y participer. C'est rapidement devenu un rendez-vous incontournable dans mon agenda. Le soutien que j'ai reçu et les techniques que j'ai apprises ont fait de moi non seulement un meilleur papa, mais aussi un meilleur conjoint. Le groupe Papas militaires m'a permis de rencontrer de nouveaux amis aux expériences personnelles très variées, liées à leurs propres enfants et à leurs conjointes ou conjoints : certains ont des enfants qui ont déjà quitté le foyer, d'autres attendent un nouveau-né, certains sont en couple, d'autres sont divorcés. Ces différentes expériences contribuent à créer un environnement de travail beaucoup plus bienveillant et attentif au sein de l'équipe. Le plus important, lorsque vous commencez ce cours, c'est de faire preuve d'ouverture d'esprit et de vous impliquer : vous en tirerez autant de bénéfices que vous y mettrez d'efforts. À tous les pères qui lisent ces lignes : vous vous en sortez très bien, merci d'envisager de nous rejoindre, et merci pour tout ce que vous faites à la maison. Je vous respecte. »

« Grâce au programme Papas militaires, j'ai l'impression qu'un poids m'a été enlevé des épaules. Grâce aux outils acquis et au processus lui-même, j'ai découvert un chemin vers la paix intérieure qui m'aide à m'épanouir comme jamais auparavant. Pas seulement dans mon rôle de parent, mais dans tout ce que je fais. Les pressions du monde me semblent désormais moins intenses, et grâce à cela, chaque interaction avec ma femme et mes enfants me paraît tout simplement plus facile. »



YOUth *Matter*

Depuis que l'équipe YOUth Matter a organisé l'événement de lancement le 5 décembre 2023, une réunion informelle hebdomadaire a été mise en place à partir d'avril 2024. Au cours de cette période, le personnel du CRFMK, notamment Theresa Brannen, gestionnaire de la santé mentale et du bien-être, ainsi que les navigatrices pour les familles des militaires Jane Hotner, Alexa Waycik et Laura Tessier, ont travaillé ensemble pour garantir aux jeunes issus de familles de militaires un espace sûr où ils peuvent nouer des liens avec d'autres jeunes partageant cette situation, apprendre à améliorer leur santé mentale et leur bien-être, et participer à des événements ludiques ou à des sorties dans la communauté.

La manière dont le personnel du CRFMK invite les jeunes à évaluer les réunions informelles a été repensée cette année, et nous sommes heureux d'annoncer que cela a permis aux jeunes d'apporter un regard neuf sur ces réunions informelles et de continuer à avoir leur mot à dire sur les activités qui leur seront proposées à l'avenir. Ces évaluations permettent au personnel de défendre les attentes des jeunes concernant les prochains événements, tout en donnant à ces derniers les moyens de s'exprimer et de faire entendre leur voix.

Au cours de l'exercice 2025-2026, nos jeunes issus de milieux militaires ont eu l'occasion de participer à des activités au sein de la communauté, telle que la Marche des Fiertés de Kingston, une sortie au Xtreme Trampoline Park, une séance de baignade au Culligan Water Park et la Marche hantée. Par ailleurs, les jeunes qui se sont rendus au centre ont pu participer à des ateliers de cuisine à petit budget, à des soirées sportives et à des soirées cinéma organisées au centre, une nouveauté cette année. L'équipe YOUth Matter a commencé à proposer une séance sans rendez-vous par mois axée sur la santé mentale et le bien-être. Tout au long de l'exercice, les jeunes ont participé à des activités portant sur divers thèmes, notamment l'auto-compassion, la gestion du stress, la régulation des émotions et la communication positive.

Cette année, l'équipe a pu accueillir trois étudiants en soins infirmiers de l'Université Queen's, qui ont participé à la réunion informelle, observé les jeunes et échangé avec eux, avant de mettre en place et d'animer une activité axée sur la santé mentale et le bien-être à leur intention. C'est un élément dont l'équipe pourra tirer parti lors de ses prochaines interventions auprès des jeunes.



« J'ai tout apprécié dans cet événement »

« J'ai pris plaisir à mélanger les ingrédients et à préparer la salade »

« J'ai vraiment apprécié tous les aspects de la soirée d'aujourd'hui »

« J'ai bien aimé le bingo »

« J'ai découvert les 94 appels à l'action »

« J'ai appris à cuisiner »

COMITÉ CONSULTATIF YOUTH MATTER

L'équipe YOUTH Matter a mis en place son comité consultatif en janvier 2024. Deux membres étaient présents à la première réunion, et le comité a continué à se réunir, à recruter de nouveaux membres et à s'agrandir. Ce comité est ouvert aux jeunes âgés de 13 à 20 ans et leur permet d'accumuler des heures de bénévolat dans le cadre de leur baccalauréat. L'objectif de ce comité est de faire en sorte que le personnel et les jeunes issus de familles de militaires travaillent ensemble pour garantir que les services et les événements proposés par le CRFMK soient adaptés aux jeunes. Pour y parvenir, nous nous efforçons de tisser des liens avec les jeunes issus de familles de militaires et de recueillir leur point de vue en dehors du cadre du comité. Le comité fonctionne de manière continue et se réunit une fois par mois; il compte actuellement trois membres actifs. Cette année, nous avons commencé à proposer nos réunions à la fois en présentiel et en ligne, ce qui permet de lever l'obstacle lié au transport des jeunes.

« Le comité a occupé une grande place dans ma vie récemment. Il donne une raison d'être et j'ai l'occasion de voir tant de gens sourire. C'est une communauté si gentille et créative. »



KIDS MATTER

Depuis le lancement de l'atelier Kids Matter le 28 juillet 2025, le programme continue d'apporter un soutien concret aux enfants issus de familles de militaires grâce à des séances interactives mensuelles destinées aux enfants âgés de 6 à 11 ans et à leurs parents. Animé par Sarah Sobh, conseillère familiale, cet atelier a reçu un accueil favorable tant de la part des enfants que des familles tout au long de l'exercice.

L'objectif principal de l'atelier Kids Matter est de créer un environnement sûr, bienveillant et stimulant, dans lequel les enfants peuvent participer activement à des activités thérapeutiques et ludiques tout en renforçant leur confiance en eux, en améliorant leurs interactions avec leurs camarades et en atténuant leurs sentiments de peur, d'anxiété et de timidité. Grâce à des activités de groupe structurées, les enfants ont été encouragés à nouer des liens sociaux, à exprimer leurs émotions de manière saine et à renforcer leur sentiment d'appartenance à la communauté.

Cet atelier joue également un rôle important dans la promotion d'interactions positives entre pairs et dans la mise en avant du travail d'équipe et de la communication entre les participants. Les parents participent activement à certaines activités qui renforcent les liens parent-enfant et offrent des occasions de créer des liens affectifs et de se soutenir mutuellement. De plus, les parents bénéficient de conseils oraux et de fiches pédagogiques soulignant l'importance du bien-être émotionnel



et présentant des stratégies pour favoriser la santé mentale de leurs enfants à la maison.

Afin de garantir une expérience stimulante et adaptée aux enfants, divers outils thérapeutiques, supports sensoriels, jeux, matériel artistique et activités créatives ont été proposés à chaque séance. Avant chaque atelier mensuel, les familles étaient contactées afin de confirmer leur présence et de les encourager à y participer. Au cours de l'exercice allant de juillet 2025 à mars 2026, 52 enfants au total, accompagnés de leurs parents, ont participé aux ateliers Kids Matter.

Afin d'évaluer l'efficacité et l'impact du programme, des évaluations ont été menées auprès des enfants et des parents, tant avant qu'après l'atelier. L'évaluation préalable à l'atelier a permis d'évaluer le niveau de préparation, le degré d'aisance et l'enthousiasme des participants à l'idée d'assister aux séances et de prendre part aux activités. L'évaluation réalisée à l'issue de l'atelier a permis de recueillir des commentaires précieux concernant le plaisir que les participants ont tiré des activités, leurs réactions émotionnelles à l'issue de l'atelier, ainsi que des suggestions pour les futures éditions.

Commentaires des enfants

- « J'ai pris plaisir à jouer avec l'argile. »
- « J'adore les tableaux que je peins ici et que j'offre à ma maman. »
- « J'aime bien jouer avec mes amis ici. »
- « J'adore les outils et les jouets qu'il y a ici, surtout la pâte à modeler. »



Commentaires des parents

- « Mon fils me rappelle toujours l'heure de l'atelier. »
- « Ma fille m'a demandé de faire l'activité des cartes modifiées à la maison et de participer avec elle. »
- « C'est formidable que nos enfants apprécient ces activités, et nous aussi, on les apprécie. »

Les commentaires reçus des enfants et des parents démontrent l'impact positif émotionnel et social de l'atelier Kids Matter. L'enthousiasme, la participation et l'engagement familial soulignent continuellement l'importance d'offrir des programmes de soutien et de thérapie de groupe aux familles de militaires au sein de la communauté.

Niveau 3 : Intervention individualisée

Counseils à court terme

L'équipe de la santé mentale et du bien-être a continué d'offrir des séances de conseils à court terme aux familles des membres des Forces armées canadiennes. L'objectif de ce conseil est d'aider les clients à améliorer leurs capacités d'adaptation et à relever les défis associés au fait de faire partie d'une famille de militaires.

L'équipe de la santé mentale et du bien-être a accompagné 83 clients au total, qui a suivi 203 séances de conseils. Les clients ont fait part de leurs expériences positives et ont exprimé leur gratitude pour le soutien reçu. Les parents ont indiqué avoir constaté des progrès chez leurs enfants depuis le début de la thérapie.





CLINIQUE DE SANTÉ MENTALE SANS RENDEZ-VOUS

La clinique de santé mentale sans rendez-vous est proposée une fois par mois, le lundi après-midi, et offre des services de soutien psychologique accessibles, en une seule séance et axés sur les solutions, aux membres des familles des Forces armées canadiennes (FAC) qui ont besoin d'un soutien immédiat en matière de santé mentale.

La clinique a pour objectif de répondre à un large éventail de préoccupations, notamment l'anxiété, la gestion du stress, les difficultés liées à l'éducation des enfants, la régulation émotionnelle, les difficultés relationnelles et de communication, les problèmes d'adaptation et d'autres facteurs de stress de la vie quotidienne. En proposant un soutien rapide, confidentiel et centré sur les patients dans un cadre accueillant, la clinique contribue à réduire les obstacles à l'accès aux services de santé mentale, tout en favorisant l'intervention précoce et le bien-être psychologique. Les patients qui fréquentent la clinique déclarent souvent ressentir un soulagement émotionnel immédiat, une meilleure connaissance d'eux-mêmes, une amélioration de leurs capacités d'adaptation et une plus grande confiance en leur capacité à gérer les difficultés personnelles et familiales.

Pour les clients dont les besoins vont au-delà d'une intervention en une seule séance, l'admissibilité à des services de conseils à long terme est évaluée. Le cas échéant, un premier rendez-vous d'accueil est fixé, suivi de conseils à court terme. Les clients qui ont besoin de services à plus long terme, spécialisés ou plus intensifs sont aiguillés vers les ressources communautaires appropriées, notamment Resolve Counselling Services et d'autres fournisseurs de soins de santé mentale compétents.

La clinique de santé mentale sans rendez-vous continue de jouer un rôle essentiel dans le soutien de la santé psychologique et de la résilience des familles des militaires, en offrant un accès rapide à des services professionnels de santé mentale, en facilitant une intervention précoce et en mettant les clients en relation avec les ressources et les aides nécessaires pour répondre à la fois à leurs préoccupations immédiates et à leurs besoins à long terme en matière de santé mentale.

Services de bénévolat

Tout au long de l'exercice 2025-2026, les bénévoles du CRFMK ont joué un rôle essentiel dans la réussite de nombreux événements, en consacrant généreusement leur temps, leur énergie et leur enthousiasme pour favoriser un engagement communautaire constructif.

En collaboration avec le PSP de Kingston, le CRFMK a organisé son **événement de reconnaissance des bénévoles 2025** au mess des adjudants et sergents afin de saluer et de célébrer la contribution des bénévoles qui contribuent à renforcer les programmes, les services et les événements communautaires tout au long de l'année. La soirée a débuté par quelques mots de l'équipe de commandement de la base, qui a remercié les bénévoles pour leur dévouement et leur contribution à la communauté militaire. Au total, 34 bénévoles ont participé à une soirée peinture animée, tout en profitant d'un dîner léger et de rafraîchissements.

Les bénévoles ont reçu des certificats de reconnaissance, disponibles au choix sous forme papier ou électronique selon leurs préférences, et ont reçu un carnet commémoratif reprenant le thème de la Semaine nationale de l'action bénévole 2025, « Le bénévolat fait des vagues », ainsi qu'une photographie de la plage Arrowhead. Cet événement a été l'occasion de mettre en avant le rôle essentiel que jouent les bénévoles dans le soutien apporté aux militaires, aux vétérans et à leurs familles.

611,5

Nombre d'heures total
de bénévolat



La **Marche canadienne pour les vétérans 2025** a réuni des membres de la communauté, des bénévoles et des partenaires pour une journée riche de sens, placée sous le signe de la reconnaissance et du soutien. Au total, 16 bénévoles, parmi lesquels des jeunes, des adultes et des membres du conseil d'administration du CRFMK, ont consacré plus de 50 heures à cet événement. Leurs efforts ont appuyé des domaines clés comme le guidage de parcours, les stations d'eau et les services alimentaires, contribuant à assurer une expérience accueillante et bien coordonnée pour tous les participants.

La journée a été ponctuée d'une série de spectacles et d'hommages qui ont contribué à

créer une atmosphère de recueillement et de solidarité communautaire, notamment un concert des Music Healing Vétérans, des prestations de la chorale des épouses de militaires canadiens et du cornemuseur du PWOR, une présentation des Portraits honorifiques ainsi qu'une démonstration de la garde du drapeau de la Légion.

Les discours d'ouverture ont été prononcés par le commandant de la base et le chef de la base, ainsi que par l'adjoint au maire Paul Chaves, au nom du maire et du conseil municipal, et par le député Mark Gerretsen; chacun d'entre eux a livré quelques réflexions en soutien à cet.

46

Nombre d'heures
de bénévolat





Lors du **Connect-A-Thon de la BCF Kingston** de 2025, 7 bénévoles dévoués ont consacré au total 32,5 heures pour contribuer à la réussite de cet événement communautaire de grande envergure. Qu'il s'agisse d'apporter leur aide à l'équipe chargée du montage ou à celle chargée du démontage et du rangement, ou encore de participer à l'organisation du barbecue communautaire, les bénévoles ont joué un rôle essentiel pour offrir aux participants une expérience accueillante et agréable. Qu'il s'agisse de préparer la salle de réception, d'aider à servir les repas ou de donner un coup de main là où c'était nécessaire, leur enthousiasme, leur générosité et leur dévouement ont contribué à faire de cette journée un véritable succès, tant pour les familles des militaires que pour les membres de la communauté.

32.5

Nombre d'heures
de bénévolat

La **Fête de Noël des enfants de la garnison 2025** a fait régner une ambiance de Noël dans tout le lieu, avec des activités festives, des friandises et des moments de joie pour les enfants comme pour leurs familles. Au total, 23 bénévoles ont consacré 113,75 heures à cette initiative : 9 d'entre eux ont participé à la mise en place la veille au soir et 14 ont apporté leur aide pendant l'événement lui-même. Certains bénévoles ont apporté leur aide pendant les deux journées, contribuant ainsi à assurer une transition en douceur entre la phase de préparation et celle de la fête.

Les bénévoles ont joué un rôle essentiel dans l'organisation et le bon déroulement des activités le jour de l'événement, contribuant ainsi à offrir à tous les participants une expérience agréable et harmonieuse. Tout au long de l'événement, il régnait un fort esprit d'équipe et de solidarité : tout le monde a travaillé main dans la main, a profité de l'ambiance et a contribué à une expérience commune véritablement positive.

Cet événement reste l'un des rassemblements les plus fréquentés et les plus appréciés du CRFMK, et les bénévoles ne cessent de souligner à quel point y participer est enrichissant et agréable.

178

Nombre d'heures
de bénévolat





23

Nombre d'heures
de bénévolat

Lors de la collecte de fonds « **Chuck-A-Pep** » organisée en 2025 par les Frontenacs de Kingston, 5 bénévoles, dont un jeune bénévole et 3 membres des FAC, ont consacré au total 23 heures à soutenir le CRFMK. Leur enthousiasme, leur dévouement et leur dynamisme ont contribué à faire de cet événement un immense succès, permettant de collecter des fonds destinés à venir en aide aux militaires, aux vétérans et à leurs familles. Les bénévoles ont travaillé sans relâche tout au long du match, contribuant à répondre à la demande incroyable de « peps » et ils ont presque épuisé la réserve destinée à la livraison dans les loges. Le succès d'initiatives telles que « Chuck-A-Pep » ne serait

pas possible sans l'engagement et la générosité des bénévoles qui consacrent sans relâche leur temps à soutenir la communauté militaire.

Le succès de nombreux événements, activités et initiatives du CRFMK ne serait pas possible sans le soutien de nos bénévoles. Grâce à leur dévouement, leur générosité et leur engagement au service des autres, ils ont contribué tout au long de l'année à renforcer les liens, à favoriser le sentiment d'appartenance et à améliorer la vie des militaires, des vétérans et de leurs familles. Nous adressons nos sincères remerciements à tous les bénévoles qui ont mis leur temps et leurs talents au service de notre communauté.

DONS ET COLLECTE DE FONDS

Merci de votre soutien!

Section locale 183 de la LiUNA	20 000 \$	Les Fleurons glorieux (Marche canadienne pour les vétérans)	3 762,42 \$
Membres de l'Ordre prieur de Saint-Georges, Kingston	12 986,83 \$	Centreaide, KFL&A	1 523,99 \$
Debout à l'unisson	8 400 \$	Rafflebox Technologies Inc (MOMC50/50)	1 375,04 \$
Légion royale canadienne, filiale 560 de Limestone City	7 500 \$	Vancouver Foundation (Starbucks)	1 350 \$
Comité de la vente d'aubaines pour les enfants	6 000 \$	Talize Inc (boîtes de dons)	1 200 \$
Club de hockey Frontenacs de Kingston	3 917 \$	Coca Cola Bottling, Kingston	(don en nature)
		Kingston 1000 Island Cruises/ Kingston Trolley Tours	(don en nature)

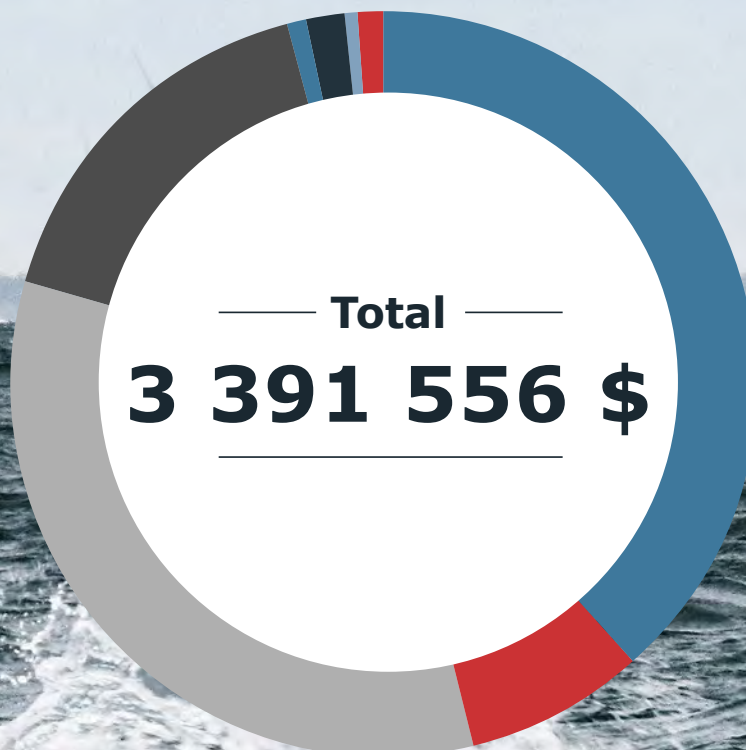
Moins de 1 000 \$ *en espèces et en nature

Anglican Church Women Diocese of Ontario	Home2 Suites/DoubleTree by Hilton, Kingston	Revel Realty
BMO	Improbable Escapes	SISIP
CANEX	In Bloom	Starbucks, Rose Abbey
Coca-Cola Bottling Kingston	Kingston 1000 Island Cruises / Kingston Trolley Tours	Stephanie Burke, Northstone Real Estate Group
Double Tree	Club de hockey Frontenacs de Kingston	St. Lawrence Parks Commission
Echelon Wellness	Knights of Columbus Archbishop J.V Cleary	Tourism Kingston
Fine Balance Brewery	KW Inspire Realty	Centreaide, Grand Toronto
Freshii (Kingston Est)	Patriam Cafe	Warf & Feather (Holiday Inn Kingston Waterfront)
Giant Tiger (Magasin no 245 – Centre RioCan)	Paypal Giving Fund Canada	Xtreme Trampoline
Hampton Inn, Kingston Est	Residence Inn	
Holdron Inc.		

REVENUS

Chiffres audités à jour

Financement SFM	1 515 794 \$	45 %
Financement BFC	303 340 \$	9 %
Subventions	1 304 736 \$	38 %
Frais d'utilisation	646 961 \$	19 %
Centraide	39 849 \$	> 1 %
Collecte de fonds et dons	58 071 \$	> 1 %
Amortissement	19 623 \$	< 1 %
Interest	43 182 \$	> 1 %



DÉPENSES

Employés	3 027 766 \$	85 %
Prestation de programme	418 819 \$	12 %
Administration	91 119 \$	2 %
Amortissement	21 322 \$	< 1 %
Créances irrécouvrables (recouvrement)	0 \$	0 %

