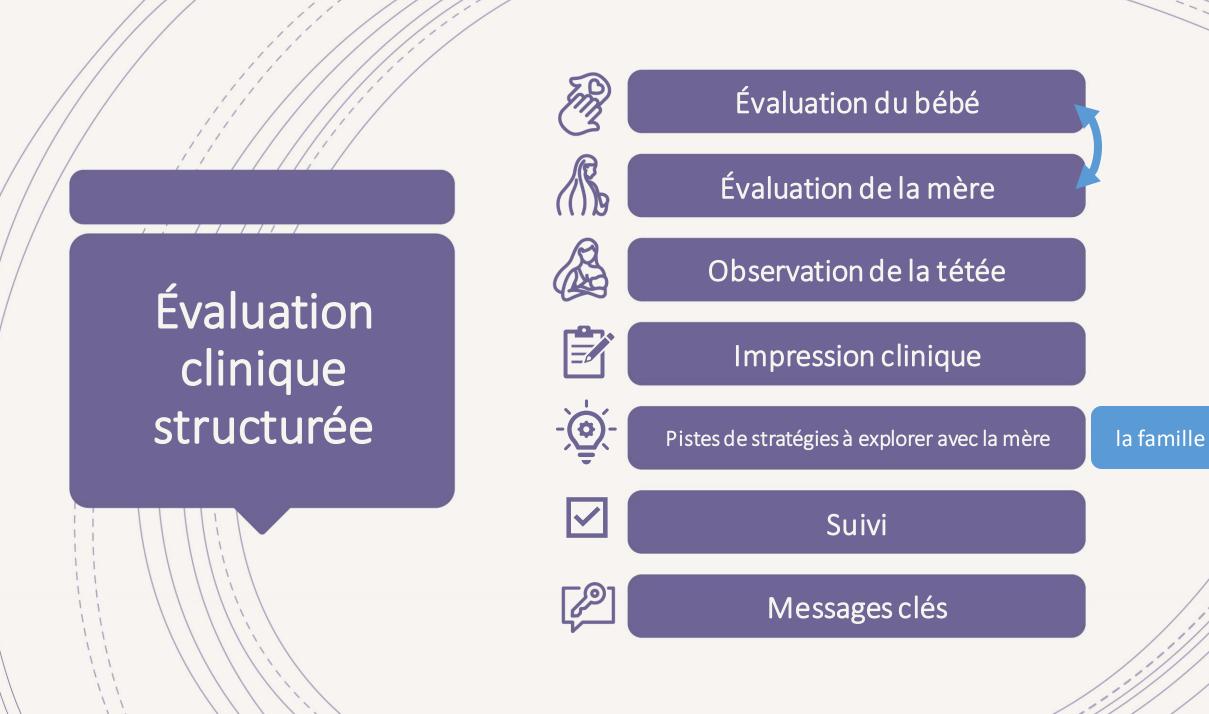


Déclaration(s) du conférencier • Aucun conflit d'intérêt



## Résumé de la situation

- Visite de Houda à la halte-allaitement communautaire
  - Maman de Nora (10 mois)
  - Sur suggestion de sa marraine d'allaitement bénévole
- Raison de la visite
  - Retourne au travail dans 1 mois
  - Intégration à la garderie dans 2 semaines



- Objectif d'allaitement : veut poursuivre au moins jusqu'à 1 an
- 1<sup>er</sup> bébé, conjoint impliqué
- Un peu stressée par l'intégration à la garderie et le retour au travail
- Se demande comment se préparer
- Peu d'expression de lait, sauf pour des sorties occasionnelles



- Élimination et gain de poids : OK
- Bon état général
- S'assoit et marche à 4 pattes

- Intégration des aliments
  - depuis l'âge de 6 mois
  - se passe bien
  - mange un peu de tout

• 2 siestes le jour et 1-3 réveils par nuit



### Observation de la tétée

• Allaitement exclusif jusqu'à 6 mois

- Allaitement à la demande jour et nuit
- Tétée de 3 minutes, puis retour sur le tapis pour explorer les jouets



#### **Question interactive**

- Quelle est votre impression sur cet allaitement?
  - Tout va bien
  - Des ajustements sont nécessaires



- Allaitement exclusif jusqu'à six mois, puis poursuite avec diversification, suivant le rythme du bébé
- Production lactée suffisante, répondant aux besoins
- Bon état général du bébé, développement et croissance adéquats
- Maman vit un stress compréhensible face à une prochaine grande étape



#### Pistes de stratégies à explorer avec la mère

#### **Question interactive**

 Quelle approche utiliseriez-vous avec cette maman pour répondre à son besoin?

- a) Je lui donnerais des trucs pour diminuer les tétées nocturnes.
- b) Je lui demanderais quelles options ou stratégies elle envisage pour poursuivre l'allaitement.
- c) Je lui donnerais les conseils nécessaires pour intégrer des séances d'expression de lait dès aujourd'hui.



Pistes de stratégies à explorer avec la mère

# GARDER L'ALLAITEMENT SIMPLE!

Partir de l'objectif de la mère, des stratégies qu'elle a explorées et des options envisageables pour la famille



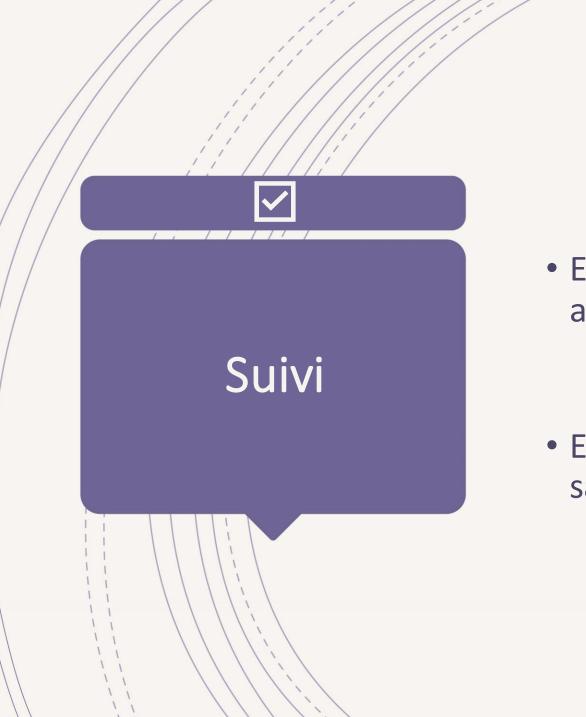
• Qu'est-ce que bébé va boire à la garderie?

Expression du lait ?

• Allaitement à la demande en dehors de la garderie

Gestion du sommeil / de la fatigue

• Implication du conjoint / réseau de soutien



- Encouragée à revenir à la halteallaitement d'ici au retour au travail
  - Ajustement des stratégies au besoin
- Encouragée à maintenir le contact avec sa marraine d'allaitement bénévole

#### • Rôle / mission

- Soutenir les familles dans l'atteinte de LEURS objectifs d'allaitement
- Contribuer à développer des environnements favorables à l'allaitement

#### • IAB - Condition 10

- Essentielles dans le continuum de services en allaitement
- Complémentaires ou alternatives aux services offerts dans le réseau public

• De la grossesse au sevrage

#### Services de soutien

- Jumelage avec un.e bénévole
- Soutien ponctuel
- Rencontre de groupes pré/postnatal
- Services spécialisés (IBCLC, tire-lait, etc.)
- Route du lait
- Et plus encore!

### Question interactive

- Connaissez-vous la ressource communautaire en allaitement qui dessert votre territoire?
  - a) Oui je connais bien leurs services et j'y réfère les familles
  - b) Oui mais je ne connais pas vraiment leurs services ou j'y réfère peu les familles
  - c) Non

• Trouvez votre ressource communautaire en allaitement locale

- À Montréal
  - Nourri-Source Montréal
  - Ligue La Leche
  - CRP: Espace Famille Villeray, Autour du bébé (Ahuntsic Montréal Nord), Les Relevailles de Montréal (Est)
- Ailleurs au Québec
  - https://mouvementallaitement.org/ressources/quebec/

• Entrez en contact avec la ressource et apprenez à connaître leur approche et leurs services

• Référez votre clientèle à l'organisme dès la grossesse

- Soutenez la ressource
  - Faites connaître leurs services
  - Faites circuler leur campagne de financement
  - Aidez à recruter des bénévoles

#### Nourri-Source Montréal

#### Nos services

- Jumelage téléphonique/électronique avec une marraine d'allaitement
- Haltes-allaitement en présence et virtuelles
- Ateliers virtuels de préparation à l'allaitement
- Location et prêt de tire-lait
- IBCLC
- Route du lait
- Guide des ressources en allaitement
- Espace coparentalité
- Ateliers et formations chez les partenaires
- Centre documentaire

#### Nous joindre

- www.nourrisourcemontreal.org
- info@nourrisourcemontreal.org
- 514-948-5160



 Garder l'allaitement simple lors du retour au travail ou aux études

 Ajuster les stratégies en fonction des objectifs d'allaitement et de la réalité de la famille

 Référer les familles à une ressource communautaire en allaitement au besoin

# Période de questions Merci!



 Gouvernement du Canada – Ressources sur l'allaitement pour les professionnels de la santé <u>Ressources sur l'allaitement pour les</u> <u>professionnels de la santé - Canada.ca</u>

• Institut Nationale de Santé Publique du Québec Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à 2 ans Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans | Institut national de santé publique du Québec (inspq.qc.ca)

• Fédération Nourri-Source, 7<sup>e</sup> édition. *Le Petit Nourri-Source*