

Entreprises favorables à l'allaitement

Une trousse d'outils pour
le soutien à l'action



Just
Food



Alimentation
juste

 Ottawa | Public Health
Santé publique

 Ontario

alimentationjuste.ca/efa

Entreprises favorables à l'allaitement



Table des matières

Bienvenue!

Nous vous remercions d'avoir fait de votre entreprise une partenaire de la promotion de l'allaitement!	2
Au sujet du projet des entreprises favorables à l'allaitement d'Alimentation juste . .	3
Alimentation	3
Les avantages de l'allaitement	4
Création d'un lieu favorable à l'allaitement pour votre clientèle	
Espaces et lieux favorables à l'allaitement	5
Conseils à la direction pour créer un lieu favorable à l'allaitement pour la clientèle	6

Resources

L'affiche bienvenue aux mères qui allaitent	7
Affiche de conseils destinés aux employés entreprises favorables à l'allaitement .	8
Plus d'information et de soutien	9

Nous vous félicitons pour votre leadership progressiste de la reconnaissance de l'importance du soutien des femmes allaitantes et de leurs familles à Ottawa!



Nous vous remercions d'avoir fait de votre entreprise une partenaire de la promotion de l'allaitement!

En choisissant de créer une atmosphère qui soutienne les mères allaitantes et les familles de votre établissement, vous aidez à éliminer les obstacles qui peuvent influencer la décision d'une femme de commencer ou de continuer à allaiter.

Voici comment participer au projet des entreprises favorables à l'allaitement (EFA)

1. **Imprimez les éléments** suivants de cette trousse d'outils ou téléchargez-les, puis imprimez-les à partir du site www.justfood.ca/bfb:

- **Affiches d'entreprises favorables à l'allaitement** : Veuillez placer au moins une affiche dans votre établissement. Envisagez d'en placer d'autres à votre entrée, près de la caisse enregistreuse et à la réception ainsi que sur vos menus et prospectus. En plaçant ces affiches, vous travaillez à la normalisation de l'allaitement à Ottawa et vous montrez à vos clients que vous n'êtes pas indifférent.
- **Trousse d'outils de soutien à l'action pour les entreprises favorables à l'allaitement** : Placez la trousse d'outils en un lieu où elle est accessible à tout le personnel.
- **Affiche de conseils destinés aux employés** : Placez cette affiche dans un secteur accessible à tous les employés; formez vos employés; parlez-leur de la façon de créer un environnement favorable; encouragez le personnel à dire aux mères qui ont des bébés qu'elles peuvent allaiter dans votre établissement si elles le souhaitent.

2. **Créez un environnement favorable pour les clientes.** Chaque établissement est différent. Bien entendu, la plupart des entreprises ne peuvent pas consacrer une salle à l'allaitement, et cela n'est pas nécessaire. Appuyer les femmes allaitantes signifie les autoriser à allaiter n'importe quand, n'importe où. Consultez les membres de votre personnel – ils ont peut-être de très bonnes idées sur la manière de créer pour vos clientes un environnement favorable à l'allaitement.



Au sujet du projet des entreprises favorables à l'allaitement d'Alimentation juste

Le projet des entreprises favorables à l'allaitement d'Alimentation juste

Le projet des entreprises favorables à l'allaitement d'Alimentation juste vient en réponse à l'une des nombreuses actions décrites dans le Plan d'action alimentaire pour Ottawa. Le Plan d'action alimentaire pour Ottawa s'inscrit dans le cadre de l'initiative Aliments pour tous, un projet de partenariat entre Alimentation juste et l'Université d'Ottawa qui a reçu un financement des Instituts de recherche en santé du Canada. Ce projet triennal, qui a pris fin en 2012, avait réuni des organismes communautaires, l'administration locale et plus de 300 résidents à Ottawa en vue d'élaborer un plan d'action alimentaire pour la ville et une trousse d'outils d'évaluation de la qualité des aliments dans la collectivité, dans le but de s'assurer qu'une alimentation saine est disponible pour tout le monde à Ottawa.

Travailler à l'initiative **Travailler à une ville d'Ottawa favorable à l'allaitement** signifie créer une collectivité où l'allaitement est reconnu comme étant propice à la santé et à la sécurité alimentaire et où des soutiens appropriés sont disponibles à cet égard.

Cette trousse a été créée pour aider les entreprises locales à acquérir des connaissances au sujet de l'allaitement; elle fournit des outils pour mieux soutenir les femmes allaitantes et leurs familles. Ainsi, l'allaitement deviendra une pratique normale dans notre collectivité. Nous vous encourageons à placer en public les affiches fournies pour signifier votre appui à l'initiative pour un Ottawa favorable à l'allaitement.

Alimentation juste reconnaît l'appui financier de la subvention des communautés en santé du ministère de l'Ontario.

Cette trousse d'outils est une modification de **Make Breastfeeding Your Business: An Action Support Kit** (faites de l'allaitement votre affaire : une trousse d'outils pour le soutien à l'action) créée par Sarah Frittenburg, étudiante de 4^e année de soins infirmiers Dalhousie, en collaboration avec le Lunenburg & Queens Baby – Friendly Initiative™ Committee. Le but de **Make Breastfeeding Your Business: An Action Support Kit** est qu'il soit utilisé dans l'esprit de Friendly Initiative™, en vue d'édifier le soutien communautaire aux femmes allaitantes.

Nous remercions Shelly Sawyers, Heather Buist, Erin O'Manique, Tania O'Connor, Gillian Dawson, Moe Garahan, et Erika Nunes de leurs contributions à ce projet.

Alimentation juste, Mars 2013

La mission d'Alimentation juste est de travailler à des systèmes alimentaires et agricoles dynamique, juste, et durable dans la région d'Ottawa.



Les avantages de l'allaitement

L'allaitement offre de nombreux avantages pour le bébé, la mère, la collectivité et l'employeur.

Le bébé

L'allaitement fournit une combinaison unique de substances nutritives et les anticorps essentiels à la santé d'un bébé. L'allaitement peut réduire la probabilité que l'enfant ait :

- asthma, respiratory infections, ear infections, obesity, diabetes

L'allaitement aide aussi à la formation de liens affectifs entre mère et enfant parce qu'il donne au bébé le temps d'avoir un contact proche avec la mère.

La mère

L'allaitement est aussi bon pour la mère. Il réduit le risque qu'une femme ait les maladies suivantes :

- breast cancer, ovarian cancer, osteoporosis, heart disease

Les laits maternisés pour nourrissons vendus commercialement sont chers et doivent être soigneusement préparés pour éviter la contamination. Par contre, le lait maternel est gratuit et ne prend aucun temps de préparation. Par conséquent, une mère économisera de l'argent et disposera de plus de temps pour sa famille.

La collectivité

Quand vous soutenez l'allaitement dans votre établissement, vous montrez à la collectivité que l'allaitement maternel est important pour un enfant est L'allaitement est respectueux de l'environnement. Le produit n'exige ni conditionnement ni préparation, donc il n'y a ni restes ni déchet.

Comme entreprise qui soutient l'allaitement, votre participation est essentielle à la création d'une collectivité qui soutienne l'allaitement.

Faites-en une partie de notre culture. Des personnes saines, des rapports sains et une collectivité saine en seront le résultat.



Création d'un lieu favorable à l'allaitement pour votre clientèle

Espaces et lieux favorables à l'allaitement

L'allaitement est la façon normale de nourrir les enfants en bas âge avec les substances nutritives dont ils ont besoin pour une croissance et un développement sains. Pratiquement toutes les mères peuvent allaiter, pourvu qu'elles aient l'information exacte et l'appui de leur famille, du système de soins de santé et de la société en général.

Santé Canada recommande que les bébés soient nourris seulement de lait maternel pendant les six premiers mois. On recommande que l'allaitement se poursuive après l'introduction des aliments solides, jusqu'à l'âge de deux ans ou plus.

Les membres de la collectivité ont déterminé qu'il est nécessaire de soutenir les femmes allaitantes qui utilisent des services dans la collectivité. Certaines mères craignent d'allaiter en public par peur que les autres personnes se sentiraient mal à l'aise. Cela peut les empêcher d'entrer dans des entreprises et peut influencer leur décision d'allaiter en général.

Les droits des femmes allaitantes sont protégés en vertu des Normes du travail – Réaffectation et congé liés à la maternité, congé de maternité et congé parental (Feuillet 5). La Commission ontarienne des droits de la personne reconnaît l'allaitement comme un droit humain tel que décrit dans la Politique concernant la discrimination liée à la grossesse et à l'allaitement maternel. Cela signifie que les femmes ont le droit d'allaiter leur bébé n'importe quand, n'importe où.

Nous vous encourageons à placer l'affiche « **Bienvenue aux mères qui allaitent** », qui peut être téléchargée à partir du site Web à URL. Le fait de placer une affiche favorable à l'allaitement informe la clientèle que votre entreprise est un environnement amical ou accueillant à l'égard des mères allaitantes et de leurs familles. Il informe aussi les mères que vous et votre personnel respectez leur décision d'allaiter et ferez de votre mieux pour soutenir les droits de ces mères

Conseils à la direction pour créer un lieu favorable à l'allaitement pour la clientèle

Les propriétaires et les gestionnaires d'entreprise peuvent aider une femme à se sentir à l'aise lors de l'allaitement dans sa collectivité. Les conseils suivants peuvent aider à créer un lieu favorable à l'allaitement :

- Servez-vous du matériel fourni dans cette trousse. Lorsque vos employés auront appris comment soutenir l'allaitement, placez l'affiche « **Bienvenue aux mères qui allaitent** » afin de montrer au public que l'allaitement est permis dans votre lieu de travail.
- Rendez votre lieu de travail favorable à l'allaitement en ayant un endroit où un parent peut changer les couches.
- S'il y a de la place, fournissez une aire d'allaitement à une femme qui veut allaiter en privé. Un espace petit, mais propre (séparé des toilettes) et doté d'une chaise est tout ce qu'il faut.
- Placez **Créer un lieu favorable à l'allaitement : Conseils aux employés** dans un endroit central où le personnel peut le trouver et l'utiliser au besoin. On peut aussi trouver cette affiche dans la section des ressources de ce document, et elle peut être téléchargée à partir du site Web nommé ici.
- Utilisez vos efforts à votre avantage. Faites connaître que votre entreprise est favorable à l'allaitement. Des recherches montrent que les familles vont dans les lieux publics qui accueillent et soutiennent les mères allaitantes et les familles.
- Aidez à établir des politiques et des procédures propres à votre entreprise qui aident vos employés à soutenir les femmes qui allaitent. Il est aussi important de soutenir vos propres employées qui allaitent des bébés.
- En octobre, participez aux activités locales dans le cadre de la **Semaine mondiale de l'allaitement maternel**. Renseignez-vous sur les événements locaux auprès de Santé publique Ottawa et des groupes locaux de soutien à l'allaitement.

Ressources

L'affiche bienvenue aux mères qui allaitent

Découper et placer cet affiche: vous pouvez télécharger plus de copies à partir du site alimentationjuste.ca



Créer un lieu favorable à l'allaitement



Conseils aux employés

Voici quelques façons d'aider une mère allaitante à se sentir à l'aise :

- ♥ Demandez à une femme qui a un bébé où elle voudrait s'asseoir. Permettez-lui de choisir un endroit où elle se sentira à l'aise pour allaiter son enfant, si elle choisit de le faire.
- ♥ Parlez-lui d'une manière agréable. Posez-lui des questions au sujet de son bébé.
- ♥ Gardez le contact visuel avec une mère allaitante; cela lui montre que vous n'êtes pas gêné et que vous la soutenez.
- ♥ Si un client manifeste une gêne au sujet d'une femme allaitant en public :
 - ♥ Expliquez-lui que vous êtes un établissement favorable à l'allaitement et que soutenir l'allaitement s'inscrit dans votre politique.
 - ♥ Expliquez-lui que la Commission ontarienne des droits de la personne reconnaît l'allaitement comme un droit humain, comme cela est décrit dans la Politique concernant la discrimination liée à la grossesse et à l'allaitement maternel. Cela signifie que les femmes ont le droit d'allaiter leur bébé n'importe quand, n'importe où.
 - ♥ Offrez au client concerné un autre siège plutôt que de déplacer la mère allaitante. Cela soutient le fait que l'allaitement de son bébé est un droit.

Veillez vous abstenir de demander à une mère qui allaite son bébé de le faire dans la salle des toilettes.

C'est désagréable et la plupart des mères trouveront cela dérangement et offensant.



Pour en savoir plus : alimentationjuste.ca/efa

Pour obtenir plus d'information et de soutien

La Commission ontarienne des droits de la personne (CODP) : La grossesse et l'allaitement
ohrc.on.ca/fr/la-grossesse-et-lallaitemment-brochure

Centre de ressources Meilleur départ : Cours en ligne gratuit et bilingue sur l'allaitement : si vous souhaitez en savoir davantage sur l'allaitement, ce cours est présenté dans un format à l'accès facile. Une fois le cours achevé, vous pouvez demander un certificat d'achèvement.

meilleurdepart.org/index_fr.html



L'Initiative des amis des bébés est un programme mondial qui vise à aider les hôpitaux et les organismes de santé communautaires à adopter les meilleures pratiques pour protéger, promouvoir et soutenir l'allaitement.

breastfeedingcanada.ca/Default_fr.aspx

Santé publique Ottawa offre de nombreux soutiens et services aux femmes enceintes et aux jeunes familles, notamment Carrefours Bébé express et soutien à l'allaitement, et Amies-allaitement Ottawa.
Ottawa.ca/fr/residents/sante-publique et ligne d'info-santé publique Ottawa au 613-580-6744

Ligue La Leche : allaitement.ca

