

PROJET

# SOUTENONS l'allaitement

## TOUS ENSEMBLE



L'ALLAITEMENT EST UNE DÉCISION QUI REVIENT AUX PARENTS  
LES ENVIRONNEMENTS FAVORABLES SONT UNE RESPONSABILITÉ DE SOCIÉTÉ

## Saviez-vous que



En 2023, il y a encore des gens qui sont mal à l'aise de voir des mères allaiter en public?

En 2023, il y a encore des commerçants qui demandent aux mères de se cacher pour allaiter?

## Mission

Promouvoir l'allaitement maternel et favoriser l'adaptation harmonieuse à la vie avec un nouveau-né et un jeune enfant.

L'organisme travaille aussi à rétablir l'allaitement maternel en tant que premier choix naturel en offrant aide, soutien, accompagnement aux mères ainsi que des activités de promotion et de sensibilisation à la population en général.



## Pourquoi ce projet



Ce projet a vu le jour afin de **soutenir** les personnes qui désirent allaiter dans l'espace public sans avoir à faire face à certaines problématiques s'y rattachant.

En **appuyant** l'allaitement, vous contribuez à créer un **environnement favorable** où les mères se sentent bien accueillies.

Le **soutien communautaire** est un facteur clé qui influence la décision d'une mère à allaiter ainsi que dans la poursuite et la durée de son allaitement.

Développer des environnements favorables à l'allaitement, c'est **rendre le geste d'allaiter plus facile à faire partout et en tout temps**



640 RUE DORCHESTER #404,  
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU,  
QC J3B 5A4



(450) 895-3554



INFO@LACTEA.ORG



LACTEA.ORG

# ASTUCES pour soutenir l'allaitement dans l'espace public



## CONFORT

- Une chaise ou un fauteuil avec appui, qui pourrait s'incliner légèrement vers l'arrière
- Un petit banc à glisser sous les pieds
- Quelques coussins de différentes formes (nous suggérons ceux en écailles de sarrasins)

## INTIMITÉ

- Un endroit à l'abri des regards
- Un rideau ou un paravent
- Un espace propre et décent (une salle de bain n'est pas appropriée)
- Une salle dédiée aux parents et bébés



## FACILITATEURS

- Une petite table basse pour y déposer ses effets personnels
- Petits jouets, livres ou casse-têtes pour l'enfant accompagnateur
- Espace de nettoyage (lavabo, poubelles à couches, désinfectant)
- Espace table à langer



Le souci du confort de la maternité n'est pas uniquement réservé aux femmes allaitantes. Les femmes enceintes ou donnant le biberon peuvent avoir besoin d'un espace adapté pour prendre soin de leur bébé. La maternité est une période très exigeante et le soutien des environnements favorables est important.