

TROUSSE DE CONCILIATION ALLAITEMENT-TRAVAIL

pour des milieux de travail qui soutiennent les parcours d'allaitement

Présentation de la trousse

À qui elle s'adresse : Mères et autres personnes qui allaitent, directions et gestionnaires, personnes intervenant en santé ou en services sociaux, et toute personne ou organisation souhaitant soutenir l'allaitement au travail.

Ses objectifs : Cette trousse a pour but de fournir des informations concrètes et des pistes d'action accessibles pour faciliter la conciliation entre allaitement et travail. Elle vise aussi à :

- soutenir les mères et les autres personnes qui allaitent dans leur parcours en leur proposant des conseils, des outils et des stratégies;
- sensibiliser et guider les directions et les gestionnaires afin de créer des environnements favorables à l'allaitement;
- contribuer au partage de l'information et à la formation des personnes intervenant en santé ou en services sociaux afin qu'elles et ils puissent soutenir les familles et les milieux de travail.

Contenu de la trousse

- **Plaidoyer à l'employeur version punch**
 - Propose un argumentaire clair, concis et convaincant pour sensibiliser les directions aux multiples avantages de soutenir l'allaitement.
- **Fiche 1 | Aménager un espace allaitement : un choix stratégique et rentable!**
 - Propose des solutions diverses et créatives pour que l'espace physique puisse soutenir la conciliation allaitement-travail tout en respectant les capacités de l'organisation.
- **Fiche 2 | Horaires flexibles et pauses allaitement : un levier stratégique!**
 - Ouvre la réflexion sur l'organisation du temps de travail, sur l'impact de la flexibilité des horaires sur la rentabilité, et sur la rémunération des pauses.
- **Fiche 3 | Adoptez une politique de soutien à l'allaitement : un outil puissant**
 - Explique l'impact d'une politique formelle sur l'équité et la pérennité des pratiques de conciliation allaitement-travail.
- **Fiche 4 | La sensibilisation du personnel : un élément-clé**
 - Souligne le concept de responsabilité collective autour de l'allaitement et l'importance de la sensibilisation de l'ensemble du personnel.
- **Modèle de politique de soutien aux employées allaitantes**
 - Fournit un outil pratique prêt à adapter pour chaque organisation, afin de soutenir la conciliation allaitement-travail de façon durable.

*La réalisation de cette fiche didactique a été rendue possible grâce à un soutien financier du **ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec**. Son contenu n'engage toutefois que le **Mouvement allaitement du Québec**, en tant que lieu de concertation indépendant et inclusif, engagé à soutenir des environnements favorables à l'allaitement, dans le respect de la diversité des parcours et des réalités d'alimentation des tout-petits et de leur famille.*

Conseils pratiques pour l'utilisation de la trousse

1. Commencer par le plaidoyer à l'employeur pour créer un climat favorable.
2. Utiliser les fiches dans l'ordre qui correspond le mieux aux priorités et aux besoins.
3. Revisiter régulièrement la trousse pour mettre à jour les pratiques et politiques.

Pour les directions et les gestionnaires :

- **Comprendre** : utiliser le plaidoyer à l'employeur pour clarifier les bénéfices d'un soutien à l'allaitement au sein de l'organisation.
- **Adapter l'espace physique** : suivre les recommandations de la fiche 1 pour créer un espace allaitement fonctionnel respectueux des capacités de l'organisation.
- **Permettre une flexibilité organisationnelle** : s'inspirer de la fiche 2 pour ajuster les horaires, pauses et modalités de travail afin de soutenir la conciliation.
- **Élaborer une politique interne** : s'appuyer sur la fiche 3 et le modèle de politique pour formaliser les pratiques et garantir leur pérennité.
- **Informer le personnel** : utiliser la fiche 4 pour sensibiliser tous les membres du personnel et instaurer une culture organisationnelle favorable à l'allaitement.

Pour les mères et les autres personnes qui allaitent :

- **Explorer les possibilités** : consulter les fiches pour mieux comprendre les pratiques favorables à l'allaitement au travail.
- **Communiquer avec leur direction ou leur gestionnaire** : s'appuyer sur le plaidoyer et les fiches pour exprimer leurs besoins de façon constructive.
- **Mettre en œuvre des stratégies personnelles** : utiliser les conseils pratiques pour optimiser son temps et son environnement pour concilier allaitement et travail.

Pour les personnes intervenant en santé ou en services sociaux :

- **Soutenir les familles** : utiliser les fiches comme support pour accompagner les parents dans leurs démarches de conciliation, en proposant des stratégies personnalisées selon le type d'organisation et le contexte des familles.
- **Sensibiliser et former les directions et les gestionnaires** : partager les stratégies et les modèles de la trousse pour favoriser des environnements de travail inclusifs.

À RETENIR

Soutenir l'allaitement au travail favorise le bien-être des tout-petits, des parents et de l'organisation. Cette trousse vous guide pour identifier et mettre en place les actions nécessaires afin de créer VOTRE milieu de travail favorable à l'allaitement.

*La réalisation de cette fiche didactique a été rendue possible grâce à un soutien financier du **ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec**. Son contenu n'engage toutefois que le **Mouvement allaitement du Québec**, en tant que lieu de concertation indépendant et inclusif, engagé à soutenir des environnements favorables à l'allaitement, dans le respect de la diversité des parcours et des réalités d'alimentation des tout-petits et de leur famille.*