

# Guide pour le personnel académique : soutenir les étudiantes allaitantes<sup>1</sup> dans les établissements d'enseignement supérieur



## Pourquoi le soutien aux étudiantes allaitantes est important

En tant que membre du personnel académique, votre rôle est essentiel pour offrir un environnement inclusif où les étudiantes peuvent avoir accès aux études tout en poursuivant l'allaitement. Des pratiques de soutien adapté permettent aux étudiantes allaitantes de concilier leurs études avec leurs responsabilités familiales et favorisent l'égalité des chances. Soutenir les étudiantes allaitantes joue un rôle clé dans leur réussite académique.

N.B Ce guide s'adresse principalement au personnel enseignant dans les établissements d'enseignement supérieur. Cependant, certaines recommandations peuvent également s'appliquer aux directions et autres membres du personnel.



## Contexte

Une enquête réalisée en 2023 par le Mouvement allaitement du Québec (MAQ) auprès de 1336 femmes a révélé que seules 15 % des répondantes avaient accès à des politiques ou accommodements pour concilier allaitement et études. Cette donnée souligne à quel point il est peu répandu d'offrir aux étudiantes un environnement qui favorise la conciliation allaitement-études. Or, selon la Fédération des associations étudiantes du campus de l'Université de Montréal : « Offrir des aménagements et des espaces pour les étudiantes allaitantes n'est pas seulement une question de bien-être individuel, mais un pas concret vers l'égalité des chances. »



<sup>1</sup> Nous reconnaissons que certaines personnes enceintes ou allaitantes ne s'identifient pas au genre féminin, et nous tenons à souligner qu'iels sont inclus-es dans ce document. L'utilisation du féminin a été privilégiée dans le but de simplifier la lecture.

# Actions concrètes afin de soutenir les étudiantes allaitantes

## Aménagements et flexibilité des horaires



### Déclarer son soutien dès le début de la session

Inspiré des recommandations de l'APETUL, il est conseillé d'informer les parents étudiant·es dès le début de la session que vous êtes disponible pour répondre aux besoins des parents étudiants.

Par exemple, vous pourriez dire :

- « Si vous avez des besoins spécifiques pour concilier vos responsabilités familiales et académiques, n'hésitez pas à m'en parler. Je suis ici pour vous soutenir. »
- « Je tiens à rappeler que des aménagements sont possibles pour soutenir les étudiant·es parents. Venez me voir en toute confiance. »

### Encourager la communication ouverte

En maintenant la porte ouverte pour les échanges, vous permettez aux étudiantes de vous faire part de nouveaux besoins d'accommodement au fil de la session. Garder ces échanges confidentiels aide à renforcer un climat de confiance.

### Flexibilité des horaires

Permettre une flexibilité des horaires est essentiel. Cela inclut la possibilité pour les étudiantes allaitantes de rattraper les cours ou travaux manqués et d'accéder à des solutions ponctuelles adaptées.

### Accès différé aux cours

Enregistrer les cours ou offrir un accès différé peut grandement aider les étudiantes allaitantes. Ces mesures sont particulièrement utiles pour des cours essentiels ou obligatoires.

### Ouverture à des solutions de dépannage

En cas de besoin exceptionnel, envisager d'autoriser les étudiantes à venir en classe avec leur nourrisson peut être un soutien temporaire précieux. Nous vous invitons à ouvrir la discussion sur cette possibilité pour répondre aux situations ponctuelles tout en établissant des balises claires (par exemple, en convenant d'un signal dans le cas où l'enfant dérange trop le déroulement du cours).

## Favoriser un environnement d'inclusion et de soutien





## Aménagement des espaces et accès aux réfrigérateurs



### Salles d'allaitement

Les salles d'allaitement ne sont pas indispensables mais constituent un atout majeur pour le confort des étudiantes qui allaitent et de celles qui expriment leur lait. Ces espaces permettent aux étudiantes qui en ont besoin de s'isoler dans un cadre adapté.

### Les salles d'allaitement devraient idéalement inclure :

- des fauteuils confortables ;
- une table ;
- une prise électrique ;
- un lavabo à proximité.

Ces salles peuvent être uniquement dédiées à l'allaitement, ou avoir un usage partagé (par exemple, une salle d'étude). L'important est de pouvoir identifier clairement l'utilisation pour l'allaitement (par exemple, à l'aide d'un accroche porte).

### Accès aux réfrigérateurs

Si votre établissement le permet, offrir un espace pour conserver le lait maternel est une option très appréciée. Encouragez l'accès à un réfrigérateur si possible dans votre établissement.

### Services aux étudiants de votre établissement :

Invitez les étudiantes à consulter les services aux étudiants de votre institution, qui peuvent offrir des conseils personnalisés, des espaces adaptés et d'autres formes de soutien.

## Foire aux questions



### Comment aborder le sujet de l'allaitement avec mes étudiantes?

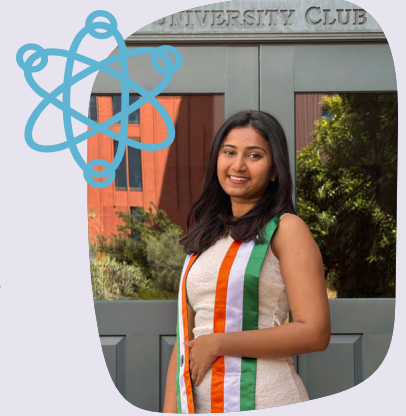
Dès le début de la session, faites savoir que vous êtes disponible pour répondre aux besoins des parents étudiants, incluant l'allaitement. Un simple message d'ouverture peut faire une grande différence et encourager les étudiantes à exprimer leurs besoins particuliers. Par exemple, si les objectifs du cours le permettent, discutez à l'avance avec l'étudiante concernée de son intérêt à partager son expérience de conciliation allaitement-études pour participer à la sensibilisation de la population étudiante. La présence d'un bébé ou d'un jeune enfant lors d'une séance de cours aura alors été préparée et les réactions négatives pourront être prévenues.

### Pourquoi devrais-je permettre les bébés et jeunes enfants en classe dans des circonstances exceptionnelles?

Accueillir un bébé ou un jeune enfant en classe dans des situations de dépannage est une option qui peut grandement alléger les étudiantes en cas d'imprévus. Cette flexibilité occasionnelle démontre un soutien actif, évite que les étudiantes prennent du retard et peut être discutée selon le contexte.

## Conclusion

Votre engagement envers les étudiantes allaitantes joue un rôle essentiel dans leur réussite académique. En leur offrant un soutien concret et adapté, vous contribuez à créer un environnement inclusif et équitable, permettant à chaque étudiante de poursuivre ses objectifs scolaires sans renoncer à son choix d'allaiter. Ce soutien reflète les valeurs d'inclusion et d'équité qui sont au cœur du mandat de l'éducation. Votre rôle en tant que membre du personnel académique aide à bâtir un milieu où chaque étudiante se sent accueillie et soutenue dans son parcours.



### Mouvement Allaitement du Québec (MAQ)

- Résultats du sondage sur les besoins et défis des étudiantes allaitantes au Québec, 2023.
- Synthèse graphique, L'effet protecteur de l'allaitement sur la santé des femmes et sur la santé et le développement des enfants.

**FAÉCUM** - « Avis et mémoires sur la conciliation famille-travail-études ». Disponible sur le site de la FAÉCUM.

- [FAÉCUM - Avis et mémoires](#)

**APETUL** - « À propos de l'APETUL ». Pratique de soutien pour les parents étudiants à l'Université Laval.

- [APETUL - À propos](#)

**Comité de soutien à l'allaitement (CSA) - Université Laval** - « CSA - Comité de soutien à l'allaitement de l'Université Laval ». Présente les conseils et initiatives de soutien pour les étudiantes allaitantes.

- [CSA - Comité de soutien à l'allaitement](#)

**Bédard, D., et al. (2012).** Motivation et engagement des étudiants : quelques incidences pédagogiques.

- [Le Tableau, 9\(4\). Université du Québec.](#)

### Sondage :

<https://mouvementallaitement.org/project/allaitement-travail-etudes/>

### Accroche porte :

<https://mouvementallaitement.org/project/accroche-porte/>

### Références :

Region of Waterloo Public Health; Project Health. (2018). **Creating a breastfeeding friendly workplace strategy: A toolkit for employers.**

[https://www.regionofwaterloo.ca/en/doing-business/resources/Documents/Breastfeeding\\_Friendly\\_Workplace\\_Toolkit.PDF](https://www.regionofwaterloo.ca/en/doing-business/resources/Documents/Breastfeeding_Friendly_Workplace_Toolkit.PDF)

Lee, R. (2018). **Breastfeeding Bodies: Intimacies at Work.** *Gender, Work and Organization*.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/gwao.12170>

Mangrio, E., Persson, K., & Bramhagen, A.-C. (2018). **Sociodemographic, physical, mental and social factors in the cessation of breastfeeding before 6 months : A systematic review.** *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 32(2), 451–465.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/scs.12489>

Thomas, C. L., Murphy, L. D., Mills, M. J., Zhang, J., Fisher, G. G., & Clancy, R. L. (2022). **Employee lactation: A review and recommendations for research, practice, and policy.** *Human Resource Management Review*, 32(3), Article 100848.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1053482221000279?via%3Dihub>

Ontario Public Health Association. (2008). **Creating a breastfeeding friendly workplace.**

<https://www.opha.on.ca/OPHA/media/Resources/Resource%20Documents/BreastfeedingFriendlyWorkplace-Sep08.pdf>

Alive & Thrive. (2014). **Toolkit to support breastfeeding women in the workplace.**

<https://www.aliveandthrive.org/en/resources/toolkit-to-support-breastfeeding-women-in-the-workplace>