

Soutien en allaitement



Les **Centres de ressources périnatales (CRP)** offrent de l'accompagnement et du **soutien spécifique en allaitement**, afin que toute personne qui souhaite allaiter ait accès à l'information et aux ressources au bon moment, pour vivre une expérience d'allaitement agréable.

- ▶ **Ateliers de préparation à l'allaitement**
- ▶ **Haltes ou espaces allaitement**
- ▶ **Rencontres individuelles**
- ▶ **Marrainage (jumelage à une mère qui allaite ou qui a allaité)**
- ▶ **Location et vente de tire-lait**



Un peu plus sur l'accompagnement..

Durant les **ateliers de préparation à l'allaitement**, on abordera tous les sujets utiles pour débiter l'allaitement avec confiance. Notamment : les bienfaits de l'allaitement, la montée laiteuse, les bobos et les défis, le rôle du parent non allaitant, les positions d'allaitement, les rythmes du nouveau-né, etc.

En 2017-2018, 89% des mères ont allaité ou tenté d'allaiter leur dernier enfant à la naissance. De ce pourcentage, 76,1% allaitaient toujours leur enfant à 1 mois et 56,4% à 6 mois.¹ Ces données rappellent l'importance de mieux soutenir les mères qui désirent allaiter et de valoriser le rôle essentiel des proches dans la poursuite de l'allaitement.

¹Observatoire des tout-petits. Comment se portent les tout-petits au Québec? Portrait 2021. Montréal, Québec, Fondation Lucie et André Chagnon, 2021.

Durant les **haltes-allaitement ou les rencontres individuelles**, les mamans qui allaitent peuvent rencontrer des ressources formées qui pourront répondre à leurs questions et inquiétudes.

Certains CRP proposent un **service de marrainage**, dans lequel des mères qui allaitent ou ont allaité leur(s) bébé(s) durant au moins 6 mois et qui ont reçu une formation de base en allaitement, sont jumelées à de nouvelles mamans, afin de leur offrir de l'information et du soutien personnalisé.

Des CRP offrent aux parents la **vente ou la location de tire-lait**, ainsi que l'aide et l'information nécessaire pour les guider dans leur choix.

Chaque CRP propose une offre d'activités et services unique, vérifiez l'offre disponible dans votre région.

À propos des CRP

Les CRP sont des organismes communautaires qui proposent, sur un territoire défini, une gamme complète d'activités et services accessible à toutes les familles, de la grossesse jusqu'à la deuxième année de vie de bébé. Ils sont membres du Réseau des Centres de ressources périnatales du Québec (RCRPQ).

Pour en savoir plus et trouver un CRP :

www.rcrpq.com

