

Nourri-Lait a 20 ans!

Nourri LAIT

20 ans d'entraide!



Historique de Nourri-Lait

1993 Ghislaine Asselin
Martine Beauchamp
Manon Boulet
Lucie Bourgeau
Josée Carle
Carole Charrette
Sylvie Côté
Josée D'Anjou
Carole Jacques
Sylvie Laplante
Lucie Lévesque
Rita Mercier
Muriel Morris
Sylvie Touchette
Claire Tremblay

1993

1994 Josée Allaire
Gail Asselin
Louise Babin
Micheline Beauchamp-
Charrette

1994

Josée Carpentier
Manon Corriveau
Nathalie Gaudet
Marie-France Gaumont
Hélène Groulx
Carole Hébert
Manon Lacroix
Johanne Lamothe
Sylvie Lavoie
Mariette Lecours
Chantal Lepage
Caroline Marin
Danielle Morasse
Josée Morissette
Diane Pilon
Josée Portugais
Aqathe Rhéaume
Christine Robidas
Raymonde Savoie
Marie-Andrée Sivan
Louise Speirs
Célyne St-Jean

1995
Céline Beauchamp
Sylvie Bérubé
Anne-Marie Bordeleau
Pauline Bouchard
Sylvie Bouchard

1995

Nicole Brunet
Marie-Paule Desjardins
Nathalie Dionne
Sylvie Dorion
Nathalie Francoeur
Micheline Gagné
Chantal Gilbert
Julie Girard
Nathalie Girard
Nathalie Girard
Anne Gosselein
Isabelle Grançon
Anne Jamer-Michaud
Nicole Lacasse
Josée Lacroix
Dominique Langlais
Nicole Lapointe

En avril 1993, Josée D'Anjou propose dans le cadre d'un cours lors de son baccalauréat en sciences infirmières, un projet-pilote composé de 10 marraines. En avril 1994, la première formation officielle de marraines a lieu et permet de former 21 nouvelles recrues. Un guide de formation est rédigé par Josée D'Anjou.

En septembre 1994, une première recherche de subvention est lancée avec l'aide d'un collaborateur communautaire et Nourri-Lait fait officiellement partie de Naissance-Renaissance Outaouais. En novembre a lieu la première formation continue.

En 1995, Josée D'Anjou ne reçoit plus les appels chez elle, car Nourri-Lait a désormais une ligne téléphonique. On fait aussi l'acquisition d'un ordinateur grâce à une subvention du CLSC de Hull. Soixante marraines sont maintenant actives. Le questionnaire d'évaluation des services est créé. En mai, Nathalie Francoeur devient la première coordonnatrice, à temps partiel. En décembre, le premier journal est publié, sans être baptisé. Le CLSC des Draveurs subventionnera les coûts pour les parutions de 1996.

En janvier 1996, plusieurs outils sont modifiés ou créés. La coordination est assurée trois jours par semaine par Nathalie Francoeur et une demi-journée par Aline Carle, infirmière au CLSC de Hull. Quatre-vingt-quatorze marraines sont actives. On fait le lancement du dépliant de Nourri-Lait. C'est le début de l'envoi de questionnaires d'évaluation de service dont les retours sont très positifs. Tous les vendredis, une marraine participe bénévolement à la clinique d'allaitement (Entraide-allaitement) au CLSC des Draveurs. L'organisme reçoit une subvention de l'instance territoriale de Gatineau. Le comité régional d'allaitement maternel est créé. Lors de la semaine mondiale de l'allaitement maternel, un pique-nique est organisé au parc Moussette. Nourri-Lait est représenté au Comité petite enfance du CLSC de Hull. Un volet de formation continue est mis sur pied et quatre formations sont données. Le journal Les Mères Veilleuses est maintenant publié quatre fois par année. Un comité Nourri-Lait est créé pour épauler la coordonnatrice dans son travail. Il est composé de la coordonnatrice, de Josée d'Anjou et de trois marraines.

En 1997, 101 marraines bénévoles sont actives. À l'automne, un code d'éthique est créé. Un cartable d'outils est remis aux marraines. Dix ateliers de perfectionnement et d'échange sont offerts aux marraines. L'organisme reçoit une subvention de l'instance territoriale de Gatineau qui permet de lancer une campagne de recrutement et de promotion de nos services. Nous recevons aussi un don du CLSC de Hull pour ouvrir une clinique le dimanche après-midi, dans les locaux du Centre de la Petite Enfance. L'organisme est récipiendaire de deux prix : le Mérite de la Pomme d'or, et le Prix innovation clinique Abbot décerné par l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec. En décembre, Pauline Bouchard remplace Nathalie Francoeur à la fin de sa grossesse et pendant son congé de maternité.

1993

1994

1995

1996

1997

1995
Monique Miron
Marie-France Morin
Lysanne Morin
Marielle Papineau
Marie-Josée Parent
Jocelyne Paris
Louise Raby
Dominique
Rakotomanga
Chantal Renaud
Chantal Richer
Stéphanie Rousseau
Carole Savard
Simone St-Pierre
Nathalie Tassé
Louise Walsh
Sylvie Wolfe

1996
Dominique Boss
Myriam Brin
Anne-Marie Chatel
Nicole Chiasson
Monique
Deschambeault
Monique Gaudreault
Nathalie Groulx
Nathalie Hurtubise
Nancy Jean
Carole T Lacasse
Manon Lacroix
Linda Lafrenière
Johanne Lebel
Marie Marcotte
Diane Martin
Josée Monfils
Diane Montreuil
Valérie Pelletier
Nicole Raymond
Josée Sabourin
Francine Salvail
Sheryl-Anne
Surprenant
Carole
Thérrien-Lacasse

1997
Chantal Bédard
Pascale Bergeron
Lyne Besner
Stella Boucher
Carole Brière
Marie Chiasson
Méline Dalaire
Sylvie Filiou
Renée Gallant
Chantal Gilbert
Lise Godard
Karina Labrecque
Céline Labrecque
Marie-Andrée Lajoie
Stéphanie Lapointe
Carole Larocque
Marie Lasnier
Sonia Leduc
Nathalie Léger
Marie-Claude Maillax
Josée Paquet
Louise Poulin
Lucie Quirouette

En 1998, Nourri-Lait fête ses 5 ans. Plus de mille bébés ont bénéficié des services d'une marraine d'allaitement jusqu'à ce jour. En avril, les heures de travail de la coordonnatrice sont augmentées et passent de 28 heures à 35 heures par semaine. Un comité statistique est créé afin d'évaluer de façon plus précise l'achalandage des services. En plus de la subvention de l'instance territoriale de Gatineau, nous recevons de la Régie de la santé une subvention pour financer des projets spéciaux (la création d'un centre de documentation, le Guide de formation de la future nourrice, l'achat de cassettes vidéo et la création d'un cartable pour les mairaines). L'organisme participe au Salon de la santé de l'UQAH. La coordonnatrice assiste à des ateliers de formation donnés par le regroupement Naissance-Renaissance à Montréal. Une marraine l'accompagne au congrès et au symposium de la Ligue La Leche.

En mai 1999, une nouvelle coordonnatrice est embauchée lors du congé de maladie et les vacances de Nathalie Francoeur, Sylvie Gauthier. Nathalie ne reviendra pas finalement à son poste. Sylvie restera avec l'organisme, elle y est encore aujourd'hui! La formation de base est donnée en dix-huit heures au lieu de quinze et un nouveau livre de référence, intitulé « Allaitement maternel; guide pratique à l'intention des intervenants et intervenantes », est donné aux nouvelles mairaines. Les mairaines ont accès à huit formations continues pendant l'année. Quatre groupes Entraide-allaitement sont maintenant ouverts dans les CLSC, à Gatineau, à Hull et à Buckingham et un à la Maison de naissance. La coordonnatrice suit des cours de gestion des ressources humaines et de marketing. Elle représente l'organisme au congrès de l'ACFAS. Deux mairaines participent au congrès de la Ligue La Leche. L'organisme offre maintenant le volet allaitement à l'intérieur des cours prénataux de la Maison de naissance, qui sont donnés par la coordonnatrice. Celle-ci forme aussi les aides natales dans un cours de trois heures. Une vente de garage est organisée comme levée de fonds. Des petits calepins avec le slogan « Moi, j'aime le lait de maman » sont distribués aux mairaines, aux filleules lors de la visite prénatale et aux intervenants de la région. Pour souligner les cinq ans de l'organisme, des épinglettes et des stylos au logo de «Nourri-Lait, 5 ans déjà!» sont donnés aux mairaines. Des étudiants en sciences infirmières de l'université d'Ottawa assistent tous les mois aux formations continues des mairaines et aux cliniques d'allaitement. La cité collégiale nous envoie aussi des étudiants pour faire de l'observation lors de nos cliniques. Pour la semaine mondiale de l'allaitement maternel dont le thème était : « Une école pour la vie », des affiches avec une mère qui allaite son bébé sont posées dans certaines écoles de la région. Un concours de dessins sur le thème de l'allaitement est organisé pour les enfants et trois prix sont tirés au sort (prix offerts par l'Échelle du monde et Réflexion). Plusieurs rencontres avec des partenaires de la région sont organisées afin de développer et de partager nos ressources et d'offrir nos services (la Maison de la famille de Gatineau, la Maison de la famille du Pontiac, le Carrefour de la miséricorde et Espoir Rosalie).

En 2000, la coordonnatrice travaille 35 heures par semaine. Elle gère 90 mairaines bénévoles. Elle siège au Comité régional d'allaitement en tant que vice-présidente. Cinq cliniques Entraide-allaitement sont maintenant offertes dans la région : dans les CLSC de Gatineau, Buckingham, Aylmer; dans les locaux de Bien-être ensemble à Hull

1998

1999

2000

Suzie Rainville
Christine Robichaud
Sylvie Rocque
Danielle Thérien
Anne-Claude Walrand

1998 Josée Bêland
Claudine Bisson
Martine Brisson
Julie Cousineau
Marie-Josée
Deschênes

1998 Anne Desjardins
Josée Filiatreault
Sylvie Fillion
Sylvie Gauthier
Nathalie Guindon
France Huneault
Elaine Landy
Véronique Mayer
Caroline Milliard
Caroline Moore
Sylvie Pastor
Patricia Petrucci
Denise Potvin
Nathalie Provencher
Sophie Richard
Carole Rochon
Michèle Salmon
Nathalie
Vanasse-Parker
Catherine Veilleux

1999 Lucie Bédard
Rachel Bernier
Edith Boulet
Lucille Bourque
Andrée Catudal
Manon Chartrand
Chantal Couture
Francine Danis
Renée De Bellefeuille
Sylvie Descoeurs
Nathalie Dompierre
Claudette Doucet
Céline Gagnon
Suzanne Grondin
Isabelle Guindon
Hélène Laberge
Lyne Laplante
France Loyer
Julie Mandeville
Annie Pelletier
Lise Poirier
Joëlle Sciubak
Danielle Siquin
Julie Sylvestre
Odette Tremblay
Suzanne Gondin

2000 Brigitte Brazeau
Louise Cousineau
Claudie Duchaine
Corinne Fontaine
Sylviane Fortin
Kathie Fournier
Marie-Josée Gagné
Estelle Gervais
Marie-Chantale Giguère

la dernière; à la Maison de naissance de Gatineau. Une marraine, Sophie Richard, est maintenant rémunérée pour les cliniques de Gatineau et de Hull. Les autres groupes sont animés bénévolement par des mairaines. Lors de la semaine mondiale de l'allaitement maternel, des affiches « Allaiter, c'est votre droit » et des autocollants « Bienvenue au bébé allaité » sont distribués. La première fête de Noël est organisée pour nos bénévoles. Des dispositifs d'aide à l'allaitement sont maintenant disponibles pour les mamans que nous aidons ainsi qu'un tire-lait en prêt pour nos familles les plus démunies. Le projet en partenariat avec Espoir-Rosalie a porté ses fruits : quatre mamans qui ont eu une marraine d'allaitement suivront leur formation pour devenir mairaines!

En 2001, il y a eu trois formations de mairaines qui ont permis d'accueillir trente-six nouvelles mairaines. Notre liste compte maintenant 100 mairaines. Tout ce sang neuf contribue à diminuer l'essoufflement de nos bénévoles. Les cinq cliniques Entraide-allaitement fonctionnent toujours bien. La présence permanente, chaque semaine, d'une marraine à Aylmer (Lise Poirier) permet aux usagères de créer un lien de confiance avec l'animatrice. Un nouveau projet groupe d'Entraide-allaitement au Centre hospitalier des Vallées de l'Outaouais est mis sur pied par une marraine, Dominique Langlais, et deux étudiantes en Sciences infirmières de l'UQAH, Andréanne Savoie et Isabelle Landry, ainsi que par leur professeure, madame Louise Dumas. Une marraine est sur place à l'unité de naissance trois fois par semaine en après-midi pour répondre aux questions des parents. Le projet sera évalué dans trois mois. Le financement de celui-ci est assuré par un don de mesdames Louise Dumas, Janet Thom et Marlène Boily provenant du prix Innovation 3M qu'elles ont gagné il y a trois ans pour le projet de mise sur pied du comité régional d'allaitement en Outaouais. Un nouvel outil est développé, « Le petit guide des postillons d'allaitement » qui est distribué au CHVO et à la Maison de naissance. Cet outil est aussi très apprécié par les intervenantes des CLSC. Des documents sont aussi révisés : le code d'éthique, le fonctionnement du groupe, le compte-rendu d'intervention et l'outil de réflexion sur l'abandon de l'allaitement. Une carte de visite aimantée où les mairaines inscrivent leur nom et leur numéro de téléphone pour remettre à leurs filleules est ajoutée aux outils. Des mairaines participent au cours d'allaitement des futures bachelères en Sciences infirmières de l'Université du Québec en Outaouais. Elles allaitent leur bébé sur place et répondent aux questions des étudiants. Au mois de mai, la coordonnatrice, grâce à une subvention de Medela, participe au Congrès national sur l'allaitement à Moncton. Une conférence est aussi organisée ici en Outaouais par l'organisme. Le Dr Pierre Lévesque nous présente une formation ayant pour thème : « L'Allaitement et le cerveau, construire l'humanité. » Cent-quatre personnes s'y présentent, dont quatorze professionnels de la santé et plusieurs étudiants du Collège de l'Outaouais et de l'Université du Québec en Outaouais.

En 2002, en septembre, la clinique de Hull déménage à la Maison de la Famille à Hull puisque Bien-être ensemble, où avait lieu la clinique ferme ses portes. Deux formations de mairaines sont données qui permettent de former 25 nouvelles mairaines. Notre liste compte encore une centaine de mairaines. Il y a un renouvellement de plusieurs

2000

2001

2002

Chantal Grenier
Odette Hébert
Maryse Lalonde
Sophie Latreille
Anne Lévesque
Josée Mainville
Johanne Malette
Caroline Marinier
Nathalie Mimeault
Johanne Mireault
Renée Pigeault
France Renaud
Nancy Renaud
Céline Roy
Carole St-Pierre
Nadie St-Pierre
Odette Hébert

2000

2001

Anne-France Bernier
Josée Blackburn
Magalie Blanchette
Sonia Bolduc
Véronique Cadieux
Kathleen Charron
Anik De Moors

2001

Marie-Josée Desjardins
Odette Dubuc
Marie-Claude Faucher
Isabelle Fortin
Isabelle Gagnon
Karine Gauvreau
Monique Gratton
Chantal Jean
Pascale Jean
Stéphanie Labelle

Lucie-Odette Lapointe

Marie-Josée Lauzon
Maryse Lehoux
Stéphanie Lemay
Jacynthe Madore
Rose-Marie

Michalkiewics Agapo
Néron-Cloutier

Nicole Paquin
Chantal Patry
Briquette Perras

Dominique Pérusse
Roxanne Séquin

Anne-Sophie Vauchel
Nathalie Vigneault
Nicole Paquin

2002 Manon April

Nathalie Bertrand
Barbara Bilodeau

Julie Brazeau
Karine Cadieux
Hélène Chapman

Gisèle Crépeau
Nathalie D'Amour
Nathalie Ferron

Marie-Andrée Fournel
Anne Gervais

Lyne Lafrance
France Laliberté
Marlène Longpré

2002

Clémentine Masson

membres des divers comités (Nourri-Lait, journal, statistique). Cette année, seulement deux éditions du journal Les Mères Veilleuses sont publiés à cause du manque de ressources et de l'essoufflement des bénévoles. Le groupe de rencontres Entraide-allaitement d'Aylmer est maintenant animé par Dominique Langlais et est transféré au CLSC qui nous loue une grande salle qui peut accueillir la vingtaine de mamans qui y participent chaque semaine. Les groupes de Hull (environ 10 mamans) et de Gatineau (entre 30 et 40 mamans) fonctionnent aussi toujours bien. Un nouveau groupe est ouvert dans l'est de la ville, au Centre communautaire St-Gérard, dans les locaux du Centre de L'Enfant Pont-Magique. Suite au succès de projet-pilote innovateur du groupe d'Entraide-Allaitement au CHVO, nous avons démarré une clinique permanente. Une marraine d'allaitement est sur place à l'unité de naissance 3 fois par semaine en après-midi. Dans le cadre de la semaine mondiale de l'allaitement maternel, nous organisons une conférence avec Ingrid Bayot, infirmière et sage-femme sur l'hypoglycémie du nouveau-né. Plusieurs professionnelles de la santé de la région y participent avec nos bénévoles. Nourri-Lait est interviewé deux fois dans l'émission Entre-nous à la télévision communautaire Roger AT&T.

En 2003, l'organisme déménage au 115 boulevard Sacré-Cœur. Notre bassin de mairaines se maintient à 100 bénévoles avec encore 25 nouvelles mairaines formées cette année. L'achat d'équipement informatique (un portable et un projecteur-canon) permet maintenant d'avoir des formations interactives pour nos mairaines. Dix formations continues sont offertes à nos bénévoles. Sylvie Gauthier donne un cours sur les problèmes d'allaitement et leurs solutions à l'Université d'Ottawa. Sylvie partage maintenant avec trois autres mairaines, Dominique Langlais, Elaine Landy et Suzie Rainville, l'enseignement du cours prénatal en allaitement à la Maison de naissance. Il n'y a eu qu'une seule publication du journal Les Mères Veilleuses cette année. L'introduction d'un nouveau compte-rendu d'intervention permettra de mieux évaluer les statistiques de la durée et des différents problèmes d'allaitement des jumelages. Le groupe Entraide-allaitement d'Aylmer est animé par Pascale Jean et ceux de Hull, Gatineau et Masson-Angers par Sophie Richard. Les groupes au CHVO fonctionnent bien et sont bien appréciés par les mamans et sont reconnus par les professionnelles du réseau. Des médecins et des infirmières nous réfèrent de plus en plus de mamans.

En 2004, en juin, nous recevons Dr Jack Newman. Plus de 100 personnes se déplacent pour entendre ce grand homme et profiter de ses grandes connaissances en allaitement et célébrer avec nous le **10^e anniversaire de Nourri-Lait**. En plus de la conférence, neuf rencontres de formation continue sont offertes aux bénévoles. La coordonnatrice assiste également à plusieurs formations en allaitement dans la région; la conférence annuelle d'Ottawa Valley Lactation Consultant, le symposium de la Ligue La Leche, une formation SIPPE au CLSC de Hull, une formation sur l'alimentation de la femme enceinte et qui allaite, un déjeuner-conférence avec Ginette Bertrand, consultante en lactation. Une seule édition du journal Les Mères Veilleuses est publiée cette année. 26 nouvelles mairaines sont formées. Notre bassin de mairaines est de 114 mairaines. Les cinq groupes d'Entraide-allaitement fonctionnent toujours bien et sont animés encore par Pascale Jean à Aylmer et par Sophie Richard, à Hull, Gatineau et Masson-Angers. Au

2002

2003

2004

Sophie Morin
Christine Piché
Sophie Potvin
Denise Simoneau
Annie Sylvestre
Sylvie Tanquary

2003 Sylvie Barette
Marie-Hélène Boucher
Annabelle David
Geneviève Décaru
Geneviève Laqrangé
Annie Lanthier
Marie-Claude Lavoie
Isabelle Lessard
Michèle Lévesque
Sophie Ménard
Marie-Claude Pigeon
Geneviève Prévost
Louise Sliqer
Mélanie Talbot
Sophie Veilleux
Sylvie Barette

2004
Geneviève Allard
Ulrike Bossé
Briqitte Céré-Brochu
Anne-Marie Chapman
Stéphanie Charron
Julie Chartrand
Isabelle Chiasson
Manon Côté
Patricia Gajardo
Vicky Groulx-Marris
Marie-Claude Harvey
Marie-France Leduc
Danielle Letendre
Isabelle Maur
Manon Quenneville
Espérance Ruhongore
Catherine Stokes-
Bonhomme
Annie Théberge

2005
Véronique Allard
Karine Beauchamp
Sarah Beaudin
Jessika Bisson
Julie Bouchard
Joëlle Chalifoux
Josée Chalifoux
Isabelle Chayer
Rachel Claveau
Véronique Dallaire
Mireille Desbiens
Geneviève Deschênes
Annie Désilets
Karine Désilets
Wendy Desjardins
Karine Dupuis
Marie-Anick Forest
Annie Fortin
Christiane Gagné
Nathalie Gagnon
Hélène Gaudreault
Nathalie Graton

CHVO, plus de 80 % des mamans sont maintenant rencontrées dans leur chambre par une de nos bénévoles. Cette année, l'organisme participe au concours pour la fête des Pères organisé par l'Agence de la santé. Sur le thème : « Gestes de pères », les pères sont invités à nous faire parvenir une photo d'eux en interaction avec leur enfant. Huit papas de la région y participent.

En 2005, le CA travaille sur la mise à jour de notre mission et un changement majeur dans l'organigramme de l'organisme. Ces changements seront faits au printemps 2006. Les cliniques d'allaitement fonctionnent toujours bien et sont de plus en plus populaires. En octobre, Nourri-Lait a étendu son rayonnement avec la prise en charge de quatre cliniques d'allaitement hebdomadaires au CSSS des Collines, soit à Cantley, à Val-des-Monts, à Chelsea et à Masham. Ces deux dernières se font en alternance aux deux semaines. 37 nouvelles mairaines sont formées. Un nombre record de **250** jumelages est fait cette année par les 110 mairaines de notre liste. Une réflexion est faite pour ajouter une troisième formation de base annuelle. Nourri-Lait est particulièrement impliqué dans le sous-groupe régional en allaitement de l'Agence, que ce soit dans l'élaboration du plan d'action régional ou dans la mise sur pied d'activité dans le cadre de la semaine mondiale de l'allaitement maternel. Nous participons à une activité régionale sur l'allaitement en public et organisons une conférence pour nos mairaines sur les conséquences du non-allaitement donné par Anne Charest, consultante en lactation. Nous animons également un kiosque «allaitement» au Salon des générations et un kiosque à la Foire des organismes de Statistiques Canada.

En 2006, un changement de la mission de l'organisme est présenté à l'AGA en juin 2006 : « Naissance-Renaissance Outaouais a pour mission de soutenir les familles de l'Outaouais pendant la période entourant la naissance d'un enfant en favorisant le développement d'habiletés parentales dans le respect de leurs valeurs et de leurs droits. » Un nouvel organigramme est aussi élaboré et comporte maintenant une directrice générale (Sylvie Gauthier) et deux adjointes : une aux services de relevailles, d'accompagnements et deuil périnatal (Joëlle Chalifoux) et l'autre au service d'allaitement (Sophie Richard). Sophie et Sylvie sont maintenant consultantes en location. Elles sont certifiées depuis juillet. Cette année, **278** mamans sont jumelées avec une mairaine d'allaitement, une augmentation de 11,2 % par rapport à 2005. Toutes les cliniques d'allaitement sont de plus en plus achalandées. Nous offrons 24 heures de cliniques par semaine à travers la région (Gatineau, Hull, Aylmer, Masson-Angers, Cantley, Val-des-Monts, Chelsea, Masham et au CHVO). Depuis janvier 2006, une entente avec le comité d'action local des Promenades-Québec- Enfants a permis l'ouverture de deux cliniques additionnelles, réservées à une clientèle défavorisée résidant dans le secteur de Pointe-Gatineau (au CAF et SGO). Durant les heures de cliniques, une garderie pour les bambins est disponible ainsi qu'une collation. Nourri-Lait est toujours actif au Comité d'allaitement de l'Agence et participe à une activité régionale lors de la semaine mondiale de l'allaitement maternel en distribuant des sacs en coton avec le logo : « Le lait de ma mère, c'est ce que je préfère. » Nous avons animé aussi plusieurs kiosques : le Salon des générations, au magasin Toys-R-Us et lors d'un colloque famille à l'Université du Québec en Outaouais.

2004

2005

2006

Roxanne Guérette
Karine Labelle
Joëlle Lafond
Chantal Lamoureux
Julie Lapointe
Karine Laroche
Anne-Marie Lebel
Lyne Moreau
Sandra Morency
Caroline Morin
Nathalie Roberge
Judith Scott
Émilie Trépanier
Julie Vézina

2006

Ghislaine Bergeron
Mélodie Blais
Stéphanie Blais
Isabelle Brault
Marie-Josée
Currie-Pouliotte
Andrée Daviau
Andréanne David
Joëlle Farley
Nancy Finnegan
Jacynthe Gagnon
Edith Harvey
Nadine Lachance
Catherine Laplanche
Brigitte Lavallée
Céline Lussier
Marie-Andrée Marquis
Josée Middlestead
Aline Morrisette
Lorie Nauss
Marie-Chantale Noël
Christine Paquet
Jennifer Poulin
Julie Poulin
Sylvie Poulin
Mélanie Proulx
Stéphanie Richer
Josée Sabourin
Rania Tataropoulos
Julie Thériault
Karine Thibodeau

2007

Annick Beauchamp
Djemila Benhabib
Caroline Boisvert
Marie-Eve Bouchard
Caroline Boucher
Eveline Breton
Véronique Brondeau
Magalie Deussing
Isabelle Ducloux
Johanne Duquette
Nathalie Faucher
Julie Fluet
Guylaine Gagné
Julie Gingras
Virginie Groulx
Stéphanie Haddad
Isabelle Laforte
Michèle LeBlanc
Élisabeth Leblanc

En 2007, Naissance-Renaissance Outaouais organise sa première levée de fonds, une dégustation de vins, animée par Raymond Chalifoux qui permet de recueillir 4000 \$. Cette activité sera répétée les années suivantes. Nous offrons toujours 24 heures de cliniques communautaires d'allaitement par semaine et celles-ci sont de plus en plus populaires. Seules celles du CAF et de SGO sont moins achalandées. Pour cette raison, la clinique du CAF est fermée au mois de décembre. 43 nouvelles bénévoles se joignent au bassin de marraines qui en compte maintenant 143. Cette année, Nourri-Lait demeure un membre très actif du comité d'allaitement de l'Agence et participe grandement à l'organisation d'un premier Défi-allaitement en Outaouais. L'activité est un grand succès : 119 mamans ont allaité simultanément, aux Galeries de Hull ainsi qu'au Centre hospitalier de Gatineau, faisant de Gatineau la 6^e ville canadienne du Défi-allaitement! De plus, nous avons animé deux fois un kiosque chez Toys-R-Us.

2007

En 2008, au mois de novembre, l'organisme reçoit un prix prestigieux, le prix Aurore-Bégin, décerné par l'ASPQ. Constitué d'une bourse de 5000 \$ et d'une œuvre d'art honorifique, ce prix d'excellence vise à reconnaître publiquement l'influence et l'impact positif des activités d'un organisme ou d'un projet sur la culture entourant la période périnatale. Les 22 heures de cliniques d'allaitement offertes dans la région fonctionnent toujours bien et le nombre d'utilisateurs est toujours en hausse. Le nombre de bénévoles est maintenu à 143 avec deux autres formations de base offertes cette année. Nous constatons une légère diminution des demandes de jumelage. Nous croyons que le service d'aide ponctuelle téléphonique et nos cliniques permettent à beaucoup de mères de trouver des réponses à leurs questions. Un deuxième Défi-allaitement est organisé et 105 mamans se déplacent pour l'évènement, faisant de Gatineau la 13^e ville au monde du Défi. Une formation d'une heure est offerte aux étudiants en soins infirmiers du Collège de l'Outaouais et deux marraines participent à la formation en allaitement en soins infirmiers à l'Université du Québec en Outaouais. L'Agence organise deux volets de formation en allaitement. Dix marraines d'allaitement assistent au volet 1, à l'automne. Il est intéressant de noter que depuis 10 ans, une fois par mois, Nourri-Lait offre la formation en allaitement à la Maison de naissance.

2008

En 2009, nous avons comptabilisé le nombre de marraines depuis 1994. Tous les noms des 420 marraines font maintenant la farandole sur une mosaïque. Cette œuvre est présentée au printemps aux marraines et continuera de grandir, car nous y ajouterons les noms des nouvelles marraines dans les années à venir. Nous imprimons également, pour remercier nos bénévoles, un calendrier agrémenté de magnifiques photos d'allaitement. En mai, pour souligner le 15^e anniversaire, nous organisons un colloque de deux jours pour les marraines. Mirabelle Lavoie, consultante en lactation de Montréal, y offre deux formations. Des formations ont aussi été préparées pour l'occasion par plusieurs marraines ainsi que par nos deux consultantes en lactation, Sylvie Gauthier et Sophie Richard. Suite à la perte de notre subvention de Centraide, notre CA décide de ne plus offrir le service de deuil périnatal « Les rêves envolés » et de remettre ce dossier à l'Agence de la santé. Cette année, la grippe H1N1 fait des ravages dans plusieurs de nos services. Nous avons une baisse de nos demandes de jumelages pendant la

2009

Nathalie Pelletier
Isabelle Plante
Julie Prescott
Pascale Roberge
Lucie Robitaille
Marie-Hélène Rouleau
Marie-Claude Scribe
Sophie Séquin
Mélanie Simard
Perside Slippert

2008 Josée Beauregard
Noémie Bergeron
Véronique Blais
Maqali Bouffard
Isabelle Corriveau
Marie-Laurence Daigle

Kim Délauriers
Johanne Dubé
Stéphanie Dubois
Annie Dumoulin
Annie Ferland
Yohari Kabouy
Isabelle Landry
Maryse Lauzier
Natacha Lévesque
Jessica Loadenthal
Jessica Logan
Karine Maisonneuve
Donna Malet
Anne Ménard
Noéline Pellerin
Laurie-Anne Picard
Catherine Pickljk
Tammj Proulx
Gwendy Ramos
Valérie Savard-Bisson
Andréanne Savoie
Caroline Séquin
Julie Simoneau
Geneviève Tousignant
Anne-Marie Vachon
Suzanne Vézina
Isabelle Corriveau
Marie-Laurence Daigle

2009 Natalie Avoledo
Marie-Ève Bonicalzi
Mélanie Bouchard
Renée Curry
Isabelle Deschamps
Marie-Ève Doucet
Catherine Dufour
Anne-Marie Gaucher
Marie-France Groulx
Jisca Guérin
Mélanie Laverdure
Véronica Lavigne
Catherine Leduc
Tanya Leqault
Geneviève Manning
Geneviève Manseau
Johanne Marier
Marie-Claude Mathieu
Corinne Pelletier
Sarah Plourde
Bélinda Tellier

période de la grippe, une baisse significative du nombre de mamans dans nos cliniques communautaires d'allaitement, et de plus, l'Agence annule le Défi-allaitement. En plus de la suppression des infirmières dans les cliniques d'Aylmer et Gatineau, et de l'annulation des cours prénataux, un avis est donné aux mamans de ne pas se rendre dans des endroits publics. Par ricochet, l'exception à la règle, le nombre de mamans qui fréquentent la clinique du CHVO augmente encore cette année. Le CLSC de la Lièvre nous demande d'ouvrir une clinique d'allaitement dans leurs locaux une fois par semaine car les visites à domicile sont diminuées au strict minimum. Nous offrons trois formations de marraines qui nous permettent d'avoir 48 nouvelles bénévoles. Le bassin de marraines est maintenant de 147. Deux d'entre elles participent à la formation en allaitement des infirmières à l'Université du Québec en Outaouais.

En 2010, un nouveau service de consultation est offert. Nous recevons les familles en privé au bureau. Cela permet de vraiment faire un bilan complet d'une problématique d'allaitement. Les parents payent le service selon leur revenu familial. L'organisme prend une décision difficile pour pallier au manque de fonds suite à la coupure de la subvention de Centraide, celle de fermer la clinique du CHVO, en septembre. Nous offrons maintenant 16 heures de cliniques d'allaitement. Ces cliniques demeurent très populaires. L'organisme vend maintenant des produits de la marque Medela et fait aussi la location de trois tire-lait. En plus de rapporter un revenu considérable, il nous permet de conseiller adéquatement les mères en fonction de leur besoin réel d'extraction. Deux formations de base sont données cette année et 32 nouvelles marraines sont formées. Nous avons maintenant 156 marraines bénévoles. Une journée de formation continue est offerte en avril. Nous recevons Carole Dobrich, consultante en lactation à la clinique Herzl à Montréal, qui nous offre des études de cas. Deux marraines ont aussi préparé et présenté une formation à cette occasion ainsi que pour des formations continues de l'automne, données en soirée. L'Agence donne le deuxième volet de formations en allaitement aux infirmières du réseau. Cinq marraines d'allaitement y assistent. Des marraines ont assisté encore cette année au cours d'allaitement en Sciences infirmières de l'Université du Québec en Outaouais. Des marraines animent des kiosques au Toys-R-Us et chez Sears.

En 2011, les consultantes en lactation de l'organisme, qui ont développé une expertise ces dernières années pour détecter les freins de langue courts chez les bébés, présentent une étude quantitative sur les impacts de la frénatomie lors d'une journée de formation offerte par l'Agence aux ORL, médecins, pédiatres, dentistes, sages-femmes et infirmières praticiennes. 33 nouvelles marraines se joignent à l'organisme cette année lors de deux formations de base. Notre liste comporte maintenant 155 marraines bénévoles à travers la région. Une journée de formation continue est offerte au printemps, où trois sujets sont présentés. À l'automne, nous recevons Louise Dumas, professeure et chercheure retraitée de l'Université du Québec en Outaouais, qui nous présente les résultats de ses recherches sur le peau-à-peau. Pour la semaine mondiale de l'allaitement maternel, nous organisons un Défi- allaitement avec le Comité régional. L'évènement a lieu aux Promenades de l'Outaouais et attire 85 mamans qui allaitent simultanément. Nos bénévoles participent aussi à un kiosque chez Sears dans le

2009

2010

2011

Annie Thériault
Caroline Vergette
Natalie Vertefeuille
Heidi Warten

2010 Geneviève Asselin
Stéphanie Bélair
Josée Brunette
Violette Chaperon
Annie Charest
Sara Chênevert

2010 Caroline Constantineau
Véronique Cousineau
Martine Demers
Geneviève Dupuis
Catherine Gagnon
Ève Giguère
Véronique Hattier
Sharron Laplante
Anne-Marie Larochelle

2010 Chantale Leblanc
Mélanie Letendre
Mireille Lévesque
Marie-Ève Morel
Maïline Morin
Geneviève Ouellet
Julie Plourde
Caroline Pajot
Chantal Poirier
Christine Poirier
Natascha Poirier
Dominik Séquin
Carolyn Sexauer
Andrea Siebra-Vinet
Claudie St-Onge
Jennifer Thérien-Voyer
Annette Tirschler
Kim Vachon

2011 Sylvie Albert
Anick Archambault
Pascale Auger
Micha Bariault
Esther Beaudry
Sophie Bellon-Gagnon
Nancy Bergeron
Cynthia Bissonnette

2011 Isabelle Brazeau
Marie-Hélène Brisson
Julie Caron
Natasha Caron
Joëlle Côté

2011 Fannie Dagenais
Mélanie Éthier-Labonté
Julie Falardeau
Stéphanie Godin
Marie-Ève Héту
Claude Lafortune
Judith Lefebvre
Nathalie Madore
Hélène Maheu
Mélissa Matte

2011 Kim Nesbitt
Tania Paoliello
Ahn-Thu Pham
Marie-Ève Plourde
Vicky Rochefort

cadre d'une journée spéciale sur la maternité. Cette année encore, nous recevons des étudiantes infirmières et auxiliaires pour faire des stages d'observation dans le cadre de leurs cours (de l'UQO, de l'Université d'Ottawa, et de Vision avenir). Une sage-femme est aussi venue faire quelques heures de pratique à nos cliniques dans le but d'accumuler des heures pour passer l'examen de certification de consultante en lactation. En février, Sophie Richard, employée et consultante en lactation, donne un cours d'allaitement à Vision-Avenir à des infirmières auxiliaires. Depuis juillet, nous n'offrons plus le cours de préparation à l'allaitement aux usagers de la Maison de naissance, car celle-ci a décidé de prendre en charge l'enseignement de ces cours.

En 2012, l'organisme forme 21 nouvelles mairaines. Notre liste comporte 146 mairaines qui aident les mamans à travers la grande région de l'Outaouais. Deux formations continues d'une journée sont offertes cette année, soit une au printemps et l'autre à l'automne. Les mairaines ont pu ainsi approfondir sept sujets. À la semaine mondiale de l'allaitement maternel, l'organisme organise avec l'agence et le comité régional en allaitement, un débat ayant pour thème : Pressions pour allaiter ou... pressions pour arrêter? L'évènement a lieu à l'UQO en octobre. Une de nos mairaines participe à un cours au baccalauréat en Sciences infirmières à l'UQO avec son bébé. Nous accueillons également des étudiants dans nos cliniques communautaires d'allaitement pour des stages d'observation. En mai, Sophie Richard, employée et consultante en lactation, donne un cours d'allaitement à des infirmières auxiliaires en formation continue avec Résautact. Elle a aussi offert une formation sur l'ankyloglossie avec Sylvie Gauthier aux CSSS de Gatineau et de Papineau. Nos bénévoles participent à un kiosque organisé par la Coop santé d'Aylmer aux Galeries d'Aylmer en octobre, et au Salon de la famille aux Promenades de l'Outaouais en septembre.

En 2013, nous formons 20 nouvelles recrues. Nos mairaines bénévoles sont maintenant 135 à aider les mamans de la région avec leur allaitement. Nous leur offrons deux journées de formation continue, en avril et en octobre, qui leur permettent d'approfondir huit nouveaux sujets. Plusieurs formations sont préparées par nos bénévoles ou employées, mais nous recevons aussi quelques spécialistes de l'extérieur : Nadine Joannette, homéopathe, MarieÈve Bouchard, acupuncteure, et Wéri Gadou, ostéopathe.

Dans le cadre de la certification « Initiative ami des bébés », les intervenants doivent développer une expertise en allaitement. L'Agence sélectionne nos consultantes et nos cliniques d'allaitement comme lieu privilégié pour de la supervision clinique, démontrant encore une fois l'expertise de nos consultantes en allaitement. Nous avons supervisé 35 intervenantes cette année.

Nous participons encore cette année à l'organisation de la semaine mondiale de l'allaitement maternel avec le comité régional en allaitement. Une petite route de lait est mise sur pied en Outaouais. Une cinquantaine de commerces dans les cinq secteurs de l'Outaouais (Des collines, Pontiac, Vallée-de-la Lièvre et Gatineau) ont accepté de faire partie du projet. Ces commerces accueillent maintenant chaleureusement les

2011

2012

2013

Danielle Schami
Josée Thérien
Norma Wardé
Lysandre Wodicka

2012 Véronique Adam
Geneviève Barette
Mélissa
Beauchamp-Viens
Marlène Bouchard
Anick Cloutier
Bénédicte
Fontaine-Bisson
Mélodie Francoeur
Marie-Pierre Grondin
Stéphanie Groulx
Lyne Lamarche
Kellie Leclerc
Marie-Ève
Legeault-Miller
Karine Migneault
Dora Napolitano
Kathy Picknell
Rachel Poirier
Marie-Christine
Rondeau
Nancy Rousseau
Arianne St-Jean
Marie-Ève Tremblay

2013 Elisa Bisonnette
Dominique Brisson
Maryline Chaput
Valérie Charbonneau
Chantal Couture
Mylène Cyr
Anélique
Dériqny-Audet
Vickie Gaqné
Sylviana Geoffroy
Marie-Hélène Jacques
Marie-France Joannis
Christine Jouve
Vanessa
Lacroix-Langlois
Annie Lafrenière
Catherine Laliberté
Tina Nadeau
Karine Parent
Martine Pallascio
Laurence Vaillancourt
Mélanie Varin-Lacasse

2014 Éliane Bélanger
Monica Beltran
Marie-Ève Bertrand
Hanako Cardinal
Marie-Hélène
Desrosiers
Annick Goudreau
Audrée
Meilleur-Trudeau
Isabelle Mercier
Émilie Mongrain
Marie-Pier Morin
Marie-Claude Turbide
Sarah Turgeon

mamans pour allaiter leurs bébés en affichant visiblement le logo international de l'allaitement. Un dépliant est conçu et distribué dans les CLSC et à travers nos cliniques d'allaitement. Une page Facebook est aussi réalisée. Un autre dépliant : Soutenir l'allaitement... Tout le monde fait sa part!, est aussi créé par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais et distribué à travers le réseau. En mai 2013, trois de nos marraines allaitent leurs bébés en compagnie d'étudiants de l'UQO, lors d'un cours du baccalauréat en sciences infirmières à l'UQO. Cela permet aux étudiants de visualiser un allaitement et de pouvoir poser des questions à une maman qui allaite. Au mois d'octobre, nous accueillons des étudiants de l'université d'Ottawa pour des stages d'observation à nos cliniques d'allaitement. De mai 2012 à décembre 2013, l'organisme loue des balances de Medela à coût minime à Roseline Galipeau pour son projet de recherche postdoctoral sur l'insuffisance lactée. Une belle façon de collaborer avec une professeure de l'Université du Québec en Outaouais en périnatalité! En février, Sophie Richard, employée à NRO, donne une formation de deux heures à Vision-Avenir à vingt-deux infirmières auxiliaires en formation en compagnie de deux marraines d'allaitement. Au mois de novembre, Nourri-Lait participe à un évènement organisé par Planète bébé pour souligner le déménagement de leur boutique. En août, Sylvie Gauthier anime un kiosque lors d'un évènement organisé par le Réseau du Patrimoine gatinois (RPG).

Nourri-Lait fête ses 20 ans cette année!

Une conférence avec le Dr Newman a été organisée en avril dernier et un 5 à 7 aura lieu le 26 septembre 2014 pour souligner l'évènement! Nous invitons toutes les marraines et anciennes marraines à venir fêter avec nous!

Marraines qui ont déjà été membre du Comité Nourri-Lait pour une saucette ou pendant de nombreuses années

Josée D'Anjou	Johanne Malette	Joëlle Farley
Nathalie Francoeur	Estelle Gervais	Heidi Warten
Colette Daudélim	France Renaud	Véronique Cousineau
Johanne Tremblay	Stéphanie Lemay	Jennifer Thérien-Voyer
Aline Carle	Nathalie Vigneault	Dominik Séquin
René Amyot	Nathalie Ferron	Mélanie Bouchard
Johanne Lamothe	Aqapo Néron-Cloutier	Ève Giquère
Suzie Rainville	Pascale Jean	Sharron Laplante
Lucie Quirouette	Geneviève Lagrange	Julie Plourde
Dominique Lanqlais	Josée Blackburn	Stéphanie Groulx
Sophie Richard	Sylvianne Fortin	Véronique Hatterer
Myriam Brin	Marie-Andrée Marquis	Marie-Ève Bonicalzi
Sylvie Gauthier	Sylvie Poulin	Anick Archambault
Claudette Doucet	Mérodie Blais	Bénédicte Fontaine-Bisson
Isabelle Guindon	Pascale Roberge	
Marie Chiasson	Catherine Dufour	

2014

Présentation du projet pour la candidature du prix Aurore Bégin 2008

par Sophie Richard, employée à NRO et Anne-Marie Chapman (présidente du CA)

Présentation du projet :

L'organisme Naissance-Renaissance Outaouais contribue à l'humanisation des naissances et offre des services de périnatalité en Outaouais.

Description sommaire du projet :

Naissance-Renaissance-Outaouais (NRO) a pour mission de soutenir les familles de l'Outaouais pendant la période entourant la naissance d'un enfant en favorisant le développement d'habiletés parentales dans le respect de leurs valeurs et de leurs droits.

NRO, c'est un organisme sans but lucratif qui existe depuis 1985. Il offre quatre services qui soutiennent de nombreuses familles. Notre force, c'est un service d'aide et d'entraide à l'allaitement entièrement gratuit (1420 heures de bénévolat par 272 jumelages en allaitement, 6000 visites aux cliniques communautaires d'allaitement, 1300 appels d'aide téléphonique ponctuelle); ce sont des accompagnantes à la naissance (35 jumelages, dont 26 subventionnés ou semi-subventionnés en 2007-08); ce sont des Relevailles (768 heures de service dont 601 subventionnées) et c'est « Rêves envolés », un service gratuit de deuil périnatal qui supporte les parents dans un moment particulièrement difficile (quatre rencontres). Nos services d'accompagnement à la naissance et de Relevailles sont gratuits, semi-subventionnés ou payants selon le revenu et le contexte familial.

L'organisme, géré par un CA, regroupe trois employées, 204 bénévoles et 9 aides-mamans employées à contrat. La directrice, travaillant à temps plein pour faire fonctionner l'organisme, est certifiée consultante en lactation. Elle est impliquée dans plusieurs comités régionaux : le comité adviseur en périnatalité, le comité

d'action locale de Québec-Enfants, la table de concertation Enfance-Famille et le projet Services intégrés en périnatalité et pour la petite enfance (SIPPE). De plus, elle est membre du CA du Regroupement provincial Naissance-Renaissance. Celle-ci est épaulée par une adjointe à l'allaitement, également consultante en lactation, qui travaille à temps plein au service d'allaitement et dirige le sous-comité en allaitement de NRO, et par une adjointe administrative, employée à temps partiel pour aider à coordonner les autres services.

Objectifs visés par le projet :

Naissance-Renaissance-Outaouais croit que toutes les familles ont droit à un bon départ. Dans ce contexte, Naissance-Renaissance-Outaouais veut :

- Améliorer la santé physique et psychologique des familles en offrant soutien et information concernant la grossesse, l'accouchement, l'allaitement et la perte d'un bébé.
- Informer les parents de leurs droits lors de la période entourant la naissance d'un enfant afin qu'ils fassent des choix éclairés.
- Offrir des services de qualité, accessibles et adaptés aux besoins des familles afin de donner des opportunités égales aux parents et à leurs enfants.
- Sensibiliser les intervenants et la population aux enjeux et problématiques liés à la grossesse, l'accouchement et l'allaitement.

En 2006, Naissance-Renaissance-Outaouais a réalisé l'exercice d'une planification stratégique. Basé sur nos forces et faiblesses ressorties durant l'évaluation de nos services, un plan d'action a été élaboré pour la période 2006-

2009. Ce plan comprend des objectifs précis pour améliorer les services offerts à NRO.

Justification du projet soumis :

En quoi le projet soumis influence-t-il la culture de la période périnatale, en tant que processus physiologique normal de transformation personnelle, familiale et sociale?

Naissance-Renaissance-Outaouais influence la culture entourant la période périnatale en soutenant les mères seules, les couples et les familles, en les aidant et en les informant pour leur permettre de faire des choix éclairés tout au long de cette période de transformation personnelle, familiale et sociale.

Dès le début de la période prénatale, et jusqu'à ce que l'enfant ait un an et plus, une vision de la maternité, de la grossesse, de l'accouchement et de l'allaitement en tant que processus normal et naturel est intégrée par le biais de tous les services offerts. Ainsi, cette philosophie se retrouve dans le service d'accompagnement qui suggère des méthodes alternatives durant le travail et l'accouchement, et dans le service Nourri-Lait par le biais des jumelages en allaitement qui permettent aux mères et aux couples d'être bien informés et surtout épaulés

afin de vivre un allaitement satisfaisant. Aussi, les cliniques communautaires d'allaitement et le service d'aide téléphonique donnent une aide ponctuelle pour les parents de bébés allaités de tous âges. De plus, le service « Répét relevailles » propose de l'aide tout en favorisant le repos de la maman en fournissant des trucs pour faciliter l'intégration du changement de vie apporté par leur nouveau-né. Finalement, le service de deuil périnatal permet aux parents endeuillés de vivre mieux cette triste mutation dans leur vie.

Faites ressortir les composantes de votre projet en promotion de la santé liées à la période périnatale

La promotion de la santé fait partie des objectifs spécifiques de l'organisme. NRO aide les familles à améliorer leur santé physique et psychologique en offrant soutien et information concernant la grossesse, l'accouchement, l'allaitement et la perte d'un bébé.

Plus spécifiquement, les accompagnantes à la naissance informent les parents sur le processus de l'accouchement, les encouragent à la réflexion et proposent des méthodes alternatives lors du travail et de l'accouchement. Les parents s'approprient ainsi leur accouchement et leur santé.

Par le biais du volet allaitement, Naissance-Renaissance-Outaouais fait la promotion de



l'allaitement exclusif jusqu'à l'âge de six mois, avant l'introduction des solides, et du maintien de l'allaitement au-delà d'un an. Dans les projets de promotion de la santé, NRO organise une formation continue à tous les mois pour les marraines, un journal comprenant deux éditions par année, le Défi-allaitement ouvert au public, le projet CAL- Famille qui encourage l'allaitement en milieu défavorisé et les cours prénataux à la Maison de naissance.

Les relevailles permettent aux nouveaux parents de se reposer, contribuant directement à leur santé. Par ailleurs, NRO améliore la santé psychologique des familles en aidant les parents endeuillés à vivre leur deuil et à revivre.

Résultats tangibles observés

Pour vraiment comprendre l'impact de NRO dans la vie des familles, voici quelques statistiques tirées du rapport annuel de 2007-2008 :

Le service Nourri-Lait a effectué 272 jumelages en allaitement pour un total de 1420 heures de bénévolat. Avec ses 24 heures par semaine de cliniques communautaires d'allaitement, 6000 visites dont 325 mamans et bébés vus à l'hôpital au Centre de service de Gatineau. Environ 1300 appels d'aide ponctuelle ont été reçus, dont plusieurs ont été référés par le CLSC, Info-Santé ou un médecin. Trente-quatre mamans ont pu bénéficier d'un prêt de tire-lait. Le Défi-allaitement 2007 (la 1e édition, en Outaouais organisée par nous) a accueilli 119 bébés allaités simultanément (118 mamans), faisant de Gatineau la 6e ville en importance au Canada pour ce défi.

Le service de répit Relevailles a permis à 53 familles de recevoir de l'aide à la maison, dont 601 heures sur 768 étaient subventionnées. Trente-cinq couples ou mères monoparentales

ont pu être jumelés avec une accompagnante à la naissance, dont 26 jumelages étaient subventionnés ou partiellement subventionnés. Quatre rencontres de deuil périnatal ont été offertes.

Par le biais de questionnaires d'évaluation de nos services, nous sommes en mesure de constater que les familles sont vraiment satisfaites et que nous avons un impact dans leur vie et leur santé. Les parents sont épatés par le service d'accompagnantes, aimeraient davantage d'heures de Relevailles et nous disent que les marraines font une différence significative dans leur vécu et pour la poursuite de leur allaitement. De plus, les parents recommandent fréquemment nos services à d'autres familles.

Pour conclure, beaucoup de familles de la région de l'Outaouais viennent de l'extérieur, ce qui signifie un réseau familial plus relâché. L'organisme remplit en partie cette fonction sociale de soutien, à un moment crucial, dans un climat chaleureux, solidaire et empathique.



Allocution pour le prix Aurore-Bégin

par Sylvie Gauthier, directrice de NRO

C'est pour Naissance-Renaissance Outaouais un honneur et un plaisir immenses d'être le récipiendaire du prix Aurore-Bégin 2008. Merci à l'ASPQ d'avoir retenu notre candidature et de nous offrir aujourd'hui cette reconnaissance de nos pairs.

Je vais vous raconter une petite histoire. Lorsque je suis revenue de vacances l'été dernier, mon employée, ma collègue, ma complice, mon amie, Sophie Richard ici présente, m'a dit de ne pas fouiller dans son ordinateur, qu'elle me préparait une surprise. Elle a très diligemment préparé et posé notre candidature pour le prix Aurore-Bégin. Avec l'accord de quelques membres du CA, elle a monté le dossier, contacté des personnes-clés pour obtenir des lettres de références. Elle a cru que l'organisme pouvait gagner, pouvait compétitionner avec les meilleurs du Québec. Merci Sophie!

Et c'est la petite histoire de Naissance-Renaissance Outaouais qui ne serait qu'une coquille vide sans ses nombreuses membres, bénévoles, accompagnantes à la naissance, marraines d'allaitement et aide-mamans, sans ses employées dévouées, sans ses membres de CA, sans toutes ces femmes qui ont œuvré chez nous, qui ont cru en notre mission, qui ont donné si généreusement de leur temps, de leur énergie et qui ont ainsi sculpté l'organisme en ce qu'il est maintenant. Naissance-Renaissance Outaouais ne serait rien non plus sans toutes ces familles qui nous ont fait grandir en nous permettant d'entrer dans leur quotidien, d'apprendre à les connaître, à les aider à trouver leurs forces et leur potentiel. Chaque fois, nous y trouvons notre raison d'être.

Naissance-Renaissance Outaouais compte en ce moment près de 200 bénévoles et c'est à elles que je veux aujourd'hui rendre un hommage particulier. Celles-là qui répondent inlassablement au téléphone le dimanche matin et entendent l'appel au secours d'un papa qui ne sait plus comment aider sa conjointe, celles qui partent dans la nuit pour soutenir une femme, un couple, une famille en devenir, lors d'un accouchement, celles qui se rendent chez les familles pour les aider, celles qui sont présentes au conseil d'administration tous les mois, celles qui croient encore que l'aide et l'entraide peuvent faire la différence.

En 2009, notre groupe d'entraide à l'allaitement Nourri-Lait fêtera ses 15 ans. Nous allons utiliser une partie de l'argent de ce prix pour reconnaître l'apport inestimable que ces bénévoles, ces femmes de cœur, apportent à notre région. Nous avons aussi plusieurs petits projets qui attendaient un coup de pouce. Espérons que ce sera le bon.

Je voudrais terminer sur une phrase de Henry David Thoreau :

«Ce qu'il y a devant nous et ce que nous laissons derrière, ceci est peu de chose comparativement à ce qui est en nous. Et lorsque nous amenons dans le monde ce qui dormait en nous, des miracles se produisent »

Merci!

Historique du projet de la clinique du CHVO

par Sylvie Gauthier, directrice de NRO

En 2002, le service Nourri-Lait mettait sur pied, en collaboration avec deux étudiantes au Bacc en sciences infirmières, Isabelle Landry et Andréanne Savoie, un projet-pilote pour l'ouverture d'un groupe Entraide-Allaitement au centre hospitalier des Vallées de l'Outaouais, un projet qui devait durer trois mois.

Une marraine bénévole se rendrait sur place et offrirait ses services pendant deux heures à raison de trois fois par semaine dans une petite salle en maternité. La marraine ferait un message vocal par interphone et offrirait ses services. Le personnel infirmier inviterait les mamans allaitantes à se joindre au groupe. Le petit budget demandé à l'Agence prévoyait principalement de la formation pour que les mairaines et les intervenantes puissent bénéficier d'une formation commune et uniformiser leur message. L'Agence a refusé le financement, mais nous avons réussi néanmoins à trouver un peu d'argent et à démarrer le projet.

Louise Dumas, professeure à l'UQO, a offert une formation qui s'est donnée directement dans les locaux de l'hôpital et plusieurs intervenantes y ont assisté, ainsi que toutes les mairaines intéressées à participer au projet. Un questionnaire d'évaluation a aussi été mis sur pied pour le projet pilote. Peu de questionnaires ont été retournés dans le cadre du projet-pilote et l'évaluation faite était très incomplète. Cependant, la direction de l'unité parents-enfants et Naissance-Renaissance croyaient au projet et voulaient le continuer. Dès la deuxième année du projet, il est apparu évident que peu de mères acceptaient de se déplacer et que la plupart préféraient un service directement dans leur chambre. Avec l'accord de centre hospitalier, nous avons donc

commencé à rencontrer les familles dans leur chambre.

Le projet a continué ainsi pendant quelques années, mais cela devenait de plus en plus difficile de trouver des bénévoles pour combler toutes les plages horaires et la coordinatrice de Nourri-Lait devait souvent assurer elle-même le service. NRO a donc décidé de financer, à même ses fonds, le projet permettant ainsi de rémunérer la marraine. Cela a eu deux impacts importants : le développement d'une expertise pour la personne embauchée et une amélioration des relations de confiance de la part du personnel hospitalier, liée, nous le croyons, à la stabilité de la marraine qui assurait le service. Nous en étions venus à même voir des médecins qui demandaient à ce que la marraine voie la maman avant qu'elle n'obtienne son congé. Voici un bel exemple du développement de notre expertise et du lien de confiance qui s'était installé.

Malheureusement, NRO a subi des pertes de revenu et des augmentations imprévues de ses dépenses au cours des dernières années. En effet, nous recevions une subvention de Centraide Outaouais. Centraide a revu ses priorités et décidé de ne plus nous accorder d'allocation parce qu'ils ont jugé que nos services se classaient comme des services de santé et qu'ils ne finançaient plus la santé.

NRO n'a pas été en mesure de remplacer ce bailleur de fonds. En même temps, le CSSS de Gatineau traversait aussi une période de grandes compressions budgétaires et ne pouvait pas nous venir en aide. Pas de possibilité d'entente de service avec le CSSS, pas d'augmentation de notre bailleur de fonds principal (SOC) ne se pointaient à l'horizon

non plus. Nous avons dû nous résigner à fermer l'activité après huit ans, faute d'argent.

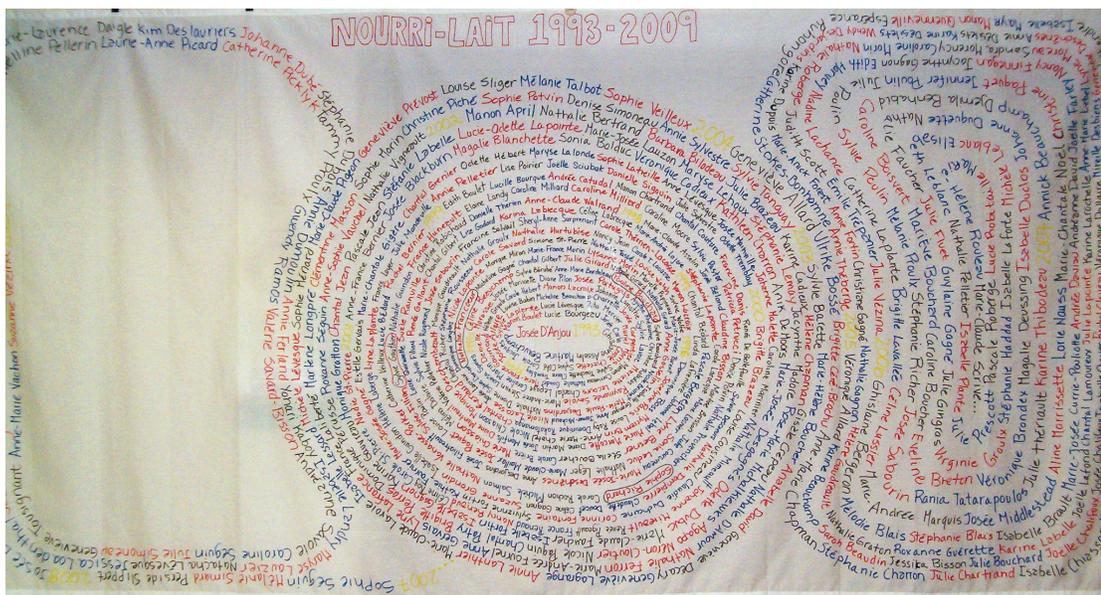
Nous avons vu, au cours des ans, l'augmentation de la demande du service. Pendant la période où l'activité s'est déroulée, nous avons été en mesure de mieux nous faire connaître auprès du personnel infirmier, de développer de bonnes relations, de reconnaître nos rôles respectifs et leurs limites. Il y avait une bonne communication entre le personnel et la marraine. On l'utilisait pour passer le même message que l'intervenante auprès des parents. Les parents semblaient satisfaits du service offert. Ils étaient toujours dirigés vers les services disponibles chez Nourri-Lait. Nous sommes persuadées que cela a contribué grandement à la visibilité de l'organisme et aux succès des autres services. En huit ans de service, nous avons aidé plus de 3359 familles.

Il est possible que les baisses que nous enregistrons cette année dans toutes les cliniques d'allaitement, ainsi que la diminution du nombre de jumelages à une marraine, soient en partie liées à notre absence du CH. Le CH aimerait que le service reprenne, d'autant plus que la clinique faisait partie de leur plan quinquennal dans le processus de certification Ami des bébés. – Rapport annuel 2010-2011

Année de référence fréquentations	
2002	240
2003	350
2004	345
2005	381
2006	419
2007	325
2008	499
2009	534
2010 (avril à sept)	266
Total :	3359

Le projet a été présenté l'automne dernier dans un atelier du colloque Enfanter le monde comme un exemple du travail du communautaire en apport aux services existants du réseau. Il a suscité beaucoup de questions. Nous avons reçu et recevons encore des plaintes de la clientèle parce que le service n'existe plus. Le conseil d'administration explore des pistes de financements alternatifs pour remettre sur pied la clinique; c'est un projet qui nous tient à cœur.

À suivre...



Année	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	
Nombre de jumelages :	216	217	216	253	207	243	189	180	211	250	278	272	231	232	222	197	193	175	
Provenance																			
Secteur Hull	47,7%	46,2%	48,8%	43,8%	34,8%	40,4%	40,2%	45,6%	55%	45,2%	126	110	103	94	72	78	53	39	
Secteur Aylmer	8,8%	6,9%	8,7%	6,8%	7,7%	10,8%	5,8%	10%	8%	8,8%	43	47	33	41	70	30	42	36	
Secteur Gatineau	25,9%	30,1%	23,3%	26,3%	30,4%	28,8%	31,2%	30%	23,7%	28%	61	66	52	64	55	57	66	68	
Buckingham/Masson-Angers											29	16	16	6	5	10	4	6	
Val-des-Monts																7	6	8	
Cantley																	7	8	
Autres villes	17,6%	16,8%	19,2%	11,5%	18,9%	13,3%	16,5%	9,4%	7,6%	11,2%	19	33	27	27	20	5	12	10	
Service :																			
Prénatal	55,3%	58,1%	58,5%	64,4%	62,6%	55,2%	58,2%	67,2%	55,7%	57,6%	165	196	146	134	118	93	104	118	
Urgent	44,7%	41,9%	41,5%	35,6%	37,4%	44,8%	41,8%	32,7%	44,3%	42,4%	112	75	85	98	104	107	89	57	
Âge moyen des filleules :	28,7	29,2	28,7	28,8	29,2	29	29,2	29,3	29,6	29,1	29,8	29,2	29,8	29,7	29,9	30,4	29,3	30,8	
Durée d'allaitement																			
4 mois	N/D	55,8%	35,9%	58%	64,4%	66,3%	72,8%	61,8%	62,4%	64,4%	70,4	69,8	72,6	77,6	70,9	72,9	70,1%	79%	
5 mois	N/D	N/D	N/D	N/D	N/D	62,1%	67,1%	55,5%	63%	60,5%	66,4	67,30	70,1	74,7	66,6	69,5	66,2%	71,4%	
6 mois et plus	N/D	N/D	N/D	43%	52,9%	54,7%	57,1%	49,2%	54,8%	51,3%	61,4	60,7	65,4	69,4	62,3	64,4	63,6%	69,6%	
Temps bénévolé (extrapolation)																			
Visite	N/D	239	101.25	447,1	405,5	505,1	397	328,7	534,2	534,8	545,9	603,2	498,5	426,8	384	389,9	354,1	348,3	
Téléphone	N/D	297	182.25	639,7	408,7	754,8	424,6	356,1	550,2	638,5	634,5	781,1	534,0	572,9	489	454,0	380,2	348,6	

Gain de poids insuffisant

par Marie-Ève Bonicalzi

Suite à la conférence de Dr Newman, j'ai voulu vous donner un petit compte rendu ou plutôt faire un survol des principales causes d'un gain de poids lent ainsi que des étapes à suivre pour remédier à la situation. Je suis marraine d'allaitement depuis quelques années déjà (8 ans) et la présentation récente de Dr Newman m'a amenée à revoir la façon dont j'abordais cette problématique. La première chose que j'ai retenue est la suivante : « Sommes-nous vraiment en présence d'un bébé qui démontre un gain de poids insuffisant? » La fameuse perte de poids supérieure à 10% n'est peut-être pas toujours aussi dramatique qu'on ne le pense. La variation des lectures de poids obtenues selon les différentes balances utilisées peut certainement nous induire en erreur. Aussi, les bébés peuvent être hyper-hydratés à la naissance à cause de certaines mesures médicales utilisées lors de l'accouchement (utilisation de la perfusion intraveineuse). Ces bébés auront tendance à montrer une perte de poids plus importante après la naissance, mais en fait, ils ne font que perdre le trop-plein de liquide qu'ils avaient absorbé lorsqu'ils étaient encore dans le ventre de maman. Toutefois, il est tout aussi possible qu'on soit vraiment en présence d'un bébé qui a la difficulté à prendre du poids. Dans une situation comme celle-là, on doit trouver la cause et réagir.

Tout d'abord, il est important de savoir qu'un gain de poids lent peut s'expliquer par 2 grands facteurs : un problème de production lactée par la mère ou un allaitement insuffisant ou peu efficace.

Voici une liste, sans doute incomplète, de choses qui pourraient causer un problème réel de production de lait : la chirurgie mammaire, le traitement d'un abcès dans le passé, la rétention placentaire, les syndromes endocriniens (ovaires polykystiques/metformine, hypothyroïdie), la prise d'œstrogène ou de progestérone (pilule contraceptive, stérilet Mirena), le manque de tissu glandulaire, la grossesse (problème de production qui peut survenir plus tard après la naissance) ou encore la prise de certains médicaments ou produits naturels. Dans des cas comme ceux-ci, la supplémentation avec du lait artificiel (ou du lait maternel préalablement tiré) sera sans doute nécessaire. Par contre, ce n'est pas une raison pour arrêter d'allaiter!!! Dr Newman mentionnait : «On dirait que pour certains, un peu de lait maternel est pire que pas de lait maternel du tout !» Ce n'est pas parce qu'on ne produit pas suffisamment de lait que l'on doit passer nécessairement au lait artificiel exclusivement.

En tant que marraine d'allaitement, c'est principalement lorsque le problème de production survient parce que l'allaitement est insuffisant ou peu efficace que nous avons un rôle important à jouer. Que devons-nous faire?

1. D'abord, nous devons nous assurer que bébé prend le sein avec la meilleure prise possible.
2. Nous devons apprendre à la mère à reconnaître quand le bébé reçoit du lait versus quand il ne fait que tétouiller.
3. Nous devons montrer à la mère à utiliser la compression du sein lorsque bébé ne boit plus. En fait, une chose que j'ai retenue : il est préférable de compresser le sein quand le bébé tétouille et non quand il ne tète plus du tout ! C'est du renforcement positif, le bébé doit au moins tétouiller pour recevoir du lait. Je n'avais pas pensé à cela avant.
4. On doit rappeler à la mère de changer de sein lorsque bébé ne boit presque plus même en utilisant la compression.

5. On peut aussi suggérer à la mère d'utiliser le chardon béni et le fenugrec ou encore la dompéridone, si nécessaire.
6. Si une supplémentation est nécessaire, on peut informer la mère à propos de l'utilisation d'un dispositif d'aide à l'allaitement (DAL). On peut lui suggérer d'utiliser le DAL préférentiellement au sein, sinon, au doigt. Pour ce qui est des quantités, Dr Newman suggère de laisser le bébé prendre la quantité qu'il veut bien prendre. Encore une fois, je trouve que ceci est bien logique. Allaitement à la demande au sein ou au DAL !!!

Autres conseils à donner à la mère :

- Attention de ne pas donner de biberon plus souvent qu'à l'occasion.
- Ne pas minuter les tétées
- Ne pas allaiter selon un horaire fixe
- Ne pas allaiter d'un seul côté (même dans les cas de réflexe d'éjection puissant!!)
- Éviter d'utiliser une tétérèlle
- Si les mamelons sont douloureux, encourager la mère à donner un 3^e ou 4^e sein. Aussi, le Dr Newman nous disait : «La prise du sein peut-être corrigée sans retirer le bébé du sein». J'ai toujours entendu dire qu'il était préférable de décrocher bébé dès que la prise n'était pas bonne!! Il est vrai qu'en détachant bébé à chaque fois, la remise au sein douloureuse revient souvent, surtout dans les premiers jours d'allaitement. Selon Dr Newman, vaut mieux replacer bébé, baisser son menton et tenter de le replacer sans reprendre la mise au sein du départ.
- Aussi, Dr Newman nous mentionnait : «Il vaut mieux abandonner le tire-lait que l'allaitement» ! Tirer son lait pour augmenter la production peut devenir insupportable pour certaines mères. L'allaitement mixte peut alors être une solution envisageable et même préférable. Encore une fois : «Un peu de lait maternel est mieux que pas de lait maternel du tout !»



Bref, il n'est pas toujours facile de savoir pourquoi un petit bébé démontre un gain de poids lent. C'est souvent en observant la tétée et en questionnant la maman que nous obtiendrons des indices qui orienteront nos interventions auprès de la mère. Dans plusieurs cas, une bonne mise au sein pourra peut-être corriger le problème. Dans d'autres cas, il faudra peut-être compléter avec du lait artificiel. Peu importe la situation, on doit se rappeler que les vertus de l'allaitement maternel ne sont plus à démontrer tant pour la mère que pour l'enfant et que les bénéfices d'un allaitement mixte sont loin d'être négligeables. On doit continuer à encourager les mères à allaiter même si elles ne peuvent pas le faire exclusivement. Comme Dr Newman nous a dit à maintes reprises lors de sa visite : «L'allaitement, c'est plus qu'une question de lait maternel! ».

L'allaitement et la santé de l'adulte

Résumé par Bénédicte Fontaine-Bisson



Maman et Will Nico Brunet

Il est maintenant bien établi que l'allaitement a une influence positive sur la santé de l'enfant, tant durant la croissance qu'à l'âge adulte. En effet, plusieurs études ont démontré que les enfants qui n'ont pas été allaités risquent davantage de souffrir d'embonpoint et d'obésité, de diabète de type 1 et 2, d'hypertension, de cancer, de maladie intestinale, d'allergie et d'asthme et problèmes de santé mentale comparativement aux bébés allaités.

En effet, les enfants nourris à la formule boivent un plus grand volume de lait, donc plus de calories, de protéines (jusqu'à 8-10 fois plus) et d'autres nutriments. Comme on encourage souvent le bébé à finir le biberon, les signaux de satiété naturelle peuvent en être altérés. Contrairement aux formules, le lait maternel contient certaines protéines qui pourraient protéger contre l'obésité en ayant un effet sur l'appétit et l'équilibre énergétique dans le cerveau (ex. la leptine). De plus, la variation de la composition du lait maternel s'adapte aux besoins de l'enfant et comprend d'innombrables facteurs immunitaires et protecteurs pour l'enfant.

D'autres études ont montré que les mères qui n'ont pas allaité leur enfant sont plus à risque de développer certains cancers (sein et ovaires), l'embonpoint, l'ostéoporose, l'anémie, le diabète de type 2 et les maladies cardiaques.

Il est tout de même important de noter que les études portant sur l'allaitement comportent certaines lacunes puisque les groupes de mères ne peuvent éthiquement pas être répartis de manière aléatoire (groupe allaitement vs formule), ce qui pourrait en partie confondre certaines associations (ex. les mères qui allaitent sont souvent plus éduquées et ont des revenus plus élevés). De plus, la distinction entre les types d'allaitement (exclusif, partiel ou artificiel) et la durée est souvent mal documentée dans les études. Malgré tout, l'ensemble des études sur l'allaitement abonde dans le même sens; l'allaitement a des effets positifs indéniables sur la santé de la mère et de son enfant. L'allaitement devrait donc être tout naturellement promu et encouragé par les professionnels de la santé et l'entourage des mères.

Mamelons douloureux

Résumé par Anick Archambault

Lors de la conférence du Dr Newman, nous avons eu une présentation remplie de photos au sujet des mamelons douloureux. Voici un petit résumé de ce sujet.

Selon Dr Newman, il n'est pas normal d'avoir mal aux mamelons en allaitant (ça, nous le savions déjà!). Au pire, une petite sensibilité les premiers jours, mais sans plus. Mais toutes ces douleurs peuvent être diminuées avec une meilleure prise du sein, dès la naissance. La prise du sein asymétrique fonctionne vraiment mais elle doit être bien faite.

L'important est d'avoir des tétées efficaces, sur demande. Si la maman a des mamelons douloureux, il ne faut pas retirer bébé du sein. Plutôt utiliser un dispositif d'aide à l'allaitement (DAL). Selon Dr Newman, les téterelles sont inutiles pour soigner les mamelons douloureux. Selon lui, les téterelles peuvent entraîner une diminution de la production...



En cas de douleurs, le Dr Newman a créé un onguent tout-usage communément appelé « l'onguent du Dr Newman »! Cet onguent aide la plupart des douleurs aux mamelons. En cas de crevasses qui ne guérissent pas, il conseille le pansement chirurgical Mepilex.

Il existe d'autres facteurs que la mauvaise prise du sein qui peuvent causer des douleurs aux mamelons : prolifération bactérienne, vasospasme, problèmes dermatologiques, Candida albicans, infections virales, ampoules de lait, douleur neuropathique. Eczéma, frein de langue court.

La dernière partie traite de prévention et traitements. Encore une fois, Dr Newman met l'accent sur la meilleure prise du sein le plus tôt possible, ne pas avoir d'horaire, finir le premier sein avant d'offrir le second et utiliser la compression si nécessaire.

Lorsque bébé refuse le sein

Résumé par Stéphanie Groulx

Le 5 avril 2014, j'ai eu l'honneur d'assister à la conférence de Dr Newman. Le sujet « Lorsque bébé refuse le sein » est un sujet qui m'a beaucoup touché car ma fille a pris le sein seulement après 2 mois et demi.

Pour celles qui ont eu ce problème ou qui auront à suivre des filleules avec ce problème, comme le Dr Newman l'a mentionné, il y a espoir; j'en suis la preuve vivante.

Voici donc un petit résumé, suite à la conférence de Dr Newman afin de vous aider à avoir ou donner des conseils et des outils.

Lorsque bébé refuse le sein, il est primordial que la mère s'assure de tout faire pour que la mère ait une bonne production lactée. Pour ce faire, la mère doit exprimer du lait (dès que l'on décide que le bébé a besoin de supplément ou d'être nourri autrement) et la mère peut avoir un traitement de chardon béni, de fenugrec ou de malunggay. Il faut éviter le biberon à tout prix. Il est important de ne jamais se décourager. Il ne faut jamais dire à la mère que si le bébé n'a pas encore pris le sein à 3 jours, il ne le fera jamais.

De plus, Dr Newman dit qu'il faut éviter la tétérelle et ce, surtout avant la montée de lait. Selon Dr Newman, la tétérelle diminue la production de lait et le bébé ne peut pas téter correctement donc ne stimule pas le sein. Bébé dépend d'un réflexe d'éjection de lait pour boire.

Durant tout son discours, il ne cessait de répéter « Le facteur clef qui déterminera si le bébé prendra ou non le sein est la possibilité de la mère de développer une production lactée abondante »!

Il disait également que bébé prendra le sein lorsqu'il pourra en retirer ce qu'il veut, soit du lait. Lorsqu'un bébé refuse le sein, il faut l'essayer lorsqu'il est calme et de bonne humeur. S'il est fâché, il ne prendra probablement pas le sein même s'il est affamé. Il est plus qu'inutile d'essayer de forcer un bébé à prendre le sein s'il résiste. Il se fâchera davantage ou deviendra flasque. Lorsque bébé est fâché, la mère peut faire du peau à peau pour le calmer.

Aussi, un autre conseil, est d'avoir une position confortable lors de l'allaitement. Le bébé n'a pas besoin d'avoir tout l'auréole dans sa bouche.

- Bien tenir le bébé confortablement facilite la prise du sein
- Une bonne prise du sein aide le bébé à mieux boire au sein
- S'il reçoit plus le lait, il restera probablement au sein
- Une bonne position est aussi plus confortable pour la mère
- Un bébé qui « prend le sein » tète une ou deux fois avant de lâcher le sein ou de s'endormir n'a pas vraiment pris le sein du tout

Selon Dr Newman, les problèmes de mamelons peuvent rendre l'allaitement difficile mais pas impossible. Il dit : les mamelons changent, les seins changent, les bébés changent et ce qui est impossible aujourd'hui pourrait être possible demain, ou sinon, la semaine prochaine.

Il a également spécifié, qu'une mère qui reçoit une ou des interventions lors de l'accouchement, ex : une intraveineuse, anesthésie, péridurale, etc. Il faut comprendre que le médicament se retrouve dans le sang de la mère et donc chez le bébé. Ceci peut donc rendre plus difficile l'allaitement.

En général, un nouveau né :

- Trouve le sein, en partie, grâce à leur odorat
- Reconnaît la voix de leur mère
- Réagit mieux au visage de leur propre mère
- Émet des cris de détresse liés à la séparation lorsqu'il n'est pas en contact avec le corps de leur mère

Donc, si bébé ne prend pas le sein :

- Premièrement, ne pas paniquer !
- Ne pas recommander précipitamment l'utilisation d'une tétérèlle
- Même si le bébé ne prend pas le sein immédiatement ou même au bout de 2 ou 3 semaines, presque tous les bébés le feront au plus tard entre 4 et 8 semaines, si la mère développe une production lactée abondante (certains n'ont pris le sein qu'après 4 mois ou plus)
- Il faut avoir de la patience
- Aider la mère à assurer une bonne production lactée

Pour conclure en 2 mots, lorsque le bébé refuse le sein,
il faut de la persévérance et une bonne production lactée.

**NE VOUS DÉCOURAGEZ PAS
ET
ENCOURAGER VOTRE FILLEULE !**

Petits mots d'enfants

«Est-ce que tu t'aime?»

«J'ai besoin de mon aide»

«Maman, il y a des gouttes de peine dans mes yeux.»

Sylvie Lavoie
 Aline Carle
 Anne Gosselin
 Marie-Andrée Slevan
 Chantal Lepage
 Marielle Papineau
 Célyne St-Jean
 François Boyer
 Nathalie Dionne
 Micheline Beauchamp
 Louise Raby
 Nathalie Girard
 Pauline Bouchard
 Carole Larocque
 Pierre Leduc
 Nathalie Francoeur
 Mélanie Dallaire
 François Hamel
 Marie Chiasson
 Sheryl-Anne Surprenant
 Carole Savard
 Nancy Jean
 Josée Béland
 Valérie Pelletier
 Manon Chartrand
 Caroline Milliard
 Sylvie Gauthier
 France Loyer
 Joëlle Sciubak
 Claudette Doucet
 Josée Paquet
 Caroline Savard
 Dominique Lanquais
 Catherine Veilleux
 Sophie Richard
 Isabelle Guindon
 Ted Grenier
 Manon Niquette
 Marie-Chantal Giquère
 Nadie St-Pierre
 Julie Sylvestre
 Suzie Rainville
 Lise Poirier
 Caroline Lajoie
 Ingrid Bayot
 Corinne Fontaine
 Johanne Malette
 Pascale Jean
 Joëlle Chalifoux
 Nathalie Gagnon
 Marie-Hélène Boucher
 Nathalie Ferron
 Geneviève Deschênes
 Jessika Bisson
 Marie-Andrée Marquis
 Stéphanie Olive
 Julie Prescott
 Natasha Poirier
 Benoît Farley
 Isabelle Taschereau
 Sarah Beaudin
 Mélanie Bouchard
 Elaine Landy
 Anh Thu Pham
 Johanne Dubé
 Claude Lafortune

Journal Les Merveilleuses

Un gros merci à toutes ces marraines et autres bénévoles qui ont collaboré à la mise sur pied, à la rédaction, au graphisme, à l'illustration, à la photographie, à la mise en page, à l'édition à la correction de notre journal de 1995 à aujourd'hui!



Merci!

Marton Auger
 Francine Jobin
 Francine Pellerin
 Catherine Gagnon
 Véronique Hatterer
 Josée Thérien
 Jessica Loandenthal
 Véronique Groulx
 Sandra Campanelli
 Annie Brassard