



Nourri-
Source
LAURENTIDES

Présentation des services 2023-2024

Nourri-Source Laurentides c'est quoi?

- La **Fédération Nourri-Source** a pour mission de regrouper, soutenir et défendre les intérêts de ses membres, tout en contribuant à la promotion et à la normalisation de l'allaitement maternel.
- **Nourri-Source Laurentides** est l'une des 8 régionales de la Fédération Nourri-Source.
- Nourri-Source Laurentides regroupe **7 secteurs** (Jean-Olivier-Chénier, Thérèse-de-Blainville, Arthur-Buies, Argenteuil, Pays-d'en-Hauts, Sainte-Agathe/Val David, Mont-Tremblant/Labelle).

Un rappel de la mission

Par une approche bienveillante, communautaire et de proximité, Nourri-Source Laurentides vise à favoriser une expérience positive de l'allaitement maternel en accompagnant, soutenant et formant les familles, les bénévoles et les professionnels de la santé dans le développement de leurs pratiques respectives.

La priorité de Nourri-Source Laurentides est de **rendre l'expérience de l'allaitement des plus positives pour les mères**. C'est avec un réseau de plus de 140 bénévoles formés que nous nous démarquons auprès des familles avec nos interventions qui font preuve de **souplesse** et de **discernement**.



Les employées de l'organisme



Alexia Thibault
Directrice générale



Sarah Chollet
Coordonnatrice



Emmanuelle Thériault
Agente de développement



Sarah Imbeault
Adjointe administrative



Emilie Archambault
Intervenante-Centre



Gaëlle Audet
Intervenante-Nord



Cassandra Dubé
Agente de liaison



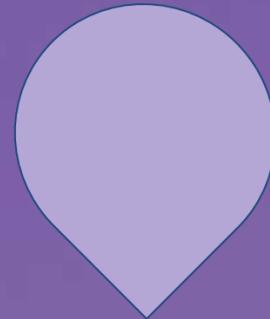
Nourri-
Source
LAURENTIDES

Notre grande nouveauté!



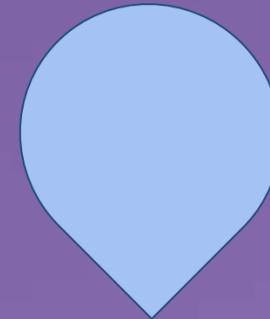
Bureau St-Jérôme

485, rue Labelle



Bureau Ste-Agathe

130, rue Principale Est



Bureau Boisbriand

183, chemin de la
Grande-Côte

DÈS LE 13 SEPTEMBRE

OCTOBRE 2023

Pour mieux servir les familles laurentiennes.

| Services | Régionale (3) | Arthur- Buies | Argenteuil | Pays- d'en- Haut | J.O. Chénier | Thérèse- de- Blainville | Sainte- Agathe / Val-David | Tremblant / Labelle | Informations complémentaires |
|---|------------------|------------------|------------|------------------------|--------------|-------------------------------|----------------------------------|------------------------|--|
| Briser l'isolement | | | | | | | | | |
| Halte-allaitement | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | Consultez la section calendrier : https://nourrisourcelaurontides.ca/calendrier/ |
| Soutenir l'allaitement | | | | | | | | | |
| Jumelage téléphonique par téléphone, textos ou visio pour les mères et les pères | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | En tout temps, 24h/7 https://nourri-source.org/trouver-une-marraine-dallaitement/ |
| Services et matériel en allaitement | | | | | | | | | |
| Location de tire-lait (grade hôpital) payant ou non (vulnérable) | ✓ | | | | | | | | Sur réservation (jour, semaine, mois): https://nourrisourcelaurontides.ca/services/location-de-tire-lait/ |

Le marrainage téléphonique



Crédit photo Roxanne Michel

On propose le jumelage téléphonique à la **famille en prénatal ou postnatal**:

- qui a des questions en allaitement:
- qui se sent isolée:
- qui veut être compris(e), rassuré(e) dans leur rôle:
- qui pense allaiter:
- qui souhaite sevrer son enfant:
- qui choisit de ne pas allaiter et qui vit de l'engorgement;
- qui s'inquiète, qui vit de l'anxiété.

Parce que l'organisme vise à favoriser une expérience positive de l'allaitement maternel

Les haltes-allaitement

On propose la halte-allaitement lorsque la famille:

- veut briser l'isolement / rencontrer des mamans qui vivent les mêmes étapes qu'elle;
- souhaite en apprendre sur notre organisme;
- veut passer un bon temps en famille et parler avec d'autres parents;
- veut participer à un atelier (yoga, massage de bébé, stimulation de l'enfant, introduction des solides, etc.);
- veut rencontrer une infirmière sans rendez-vous.



Halte-allaitement Bureau Nourri-Source Laurentides

La halte-allaitement dure 90 minutes et propose souvent une discussion et une mini-formation.

Les ateliers prénataux

THÉORIQUE

- du peau à peau dès la naissance;
- de la proximité du bébé;
- du soin des seins;
- de l'allaitement à la demande;
- des éléments à éviter;
- des diverses prises au sein.

PRATIQUE

- positions d'allaitement
- la tenue de bébé
- l'expression manuelle du lait
- premières heures et jours de bébé à la maison.

On propose les ateliers prénataux et la réflexion en allaitement à la famille:

- qui se questionne sur l'allaitement;
- qui souhaite comprendre son rôle dans une famille allaitante;
- qui veut allaiter.
MAIS AUSSI...
- Le couple qui n'a pas encore choisi l'allaitement et qui souhaite s'informer.

Clinique communautaire

On propose un rendez-vous à la clinique communautaire à la famille:

- qui ressent de la douleur, lorsqu'elle allaite (blessé ou non);
- qui ne prend pas suffisamment de poids;
- qui souhaite augmenter sa production;
- qui souhaite utiliser des alternatives à l'allaitement;
- qui a introduit la tétérelle, les préparations commerciales pour nourrisson, etc.

Est-ce qu'on voit une famille en prénatal?

Est-ce qu'on voit une famille pour un régime d'éviction ou l'introduction des solides?



Famille à la clinique communautaire

Intervenantes en allaitement

On propose le service d'intervenante pour les familles:

- qui ont des questions en allaitement;
- qui ont besoin d'écoute rapidement;
- qui se questionne sur l'utilisation du tire-lait et la conservation du lait;
- qui veulent avoir un rendez-vous en clinique communautaire.

Le service ne remplace pas le marrainage téléphonique, mais permet aux familles d'avoir un service rapide avant l'arrivée des marraines d'allaitement.



Emilie Archambault
Intervenante-Centre



Gaëlle Audet
Intervenante-Nord

À chacun son histoire

On propose l'atelier de 90 minutes *À chacun son histoire* à la famille:

- ayant vécu un accouchement éprouvant;
- ayant vécu des difficultés importantes en allaitement;
- vivant des difficultés en allaitement;
- vivant des difficultés à sevrer le bébé.



Crédit photo Roxanne Michel

Ces ateliers sont animés par une intervenante en allaitement de l'équipe Nourri-Source Laurentides et une intervenante (accompagnatrice du Centre Marie Eve ou de la MDF du Nord).

Emporte-moi



Atelier *Emporte-moi* hiver 2023

Le service de portathèque est aussi disponible en tout temps.

On propose les ateliers *Emporte-moi* à la famille:

- qui désire faire de l'exercice physique;
- qui veut briser l'isolement;
- qui veut en apprendre sur le portage sécuritaire;
- qui veut discuter d'allaitement en groupe.

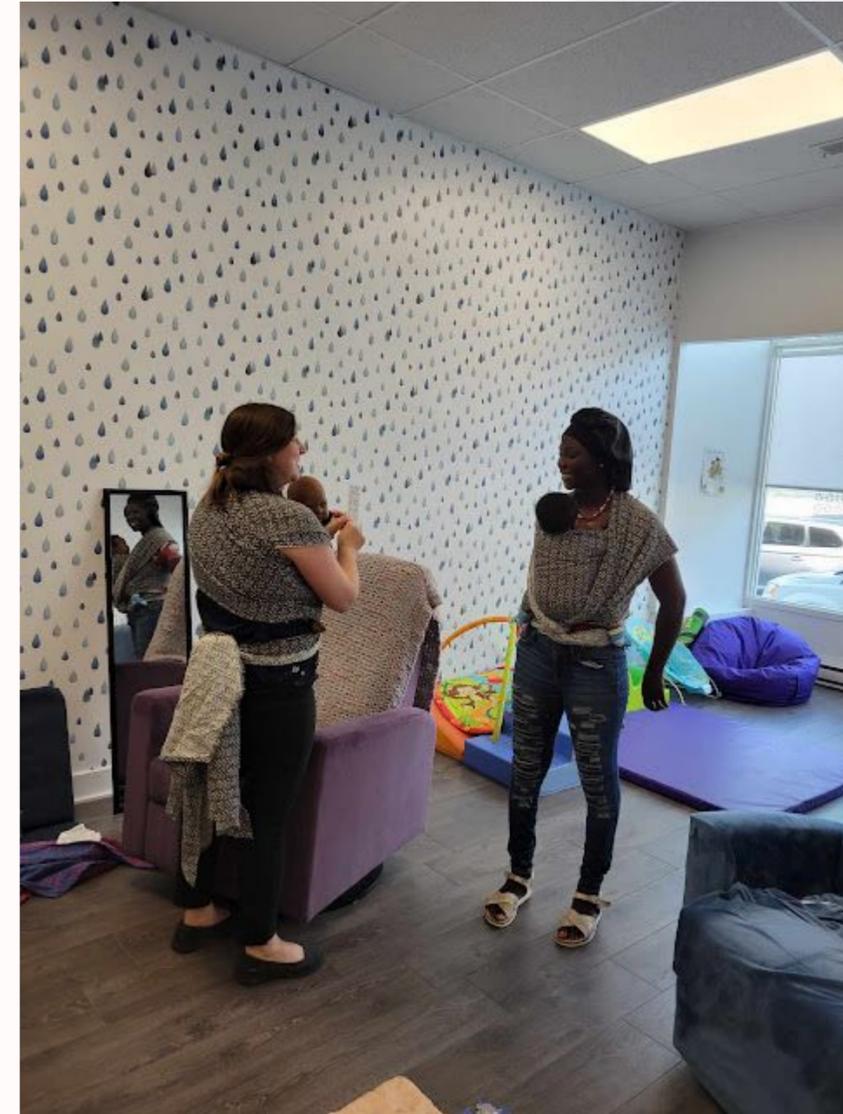
Les familles ont accès à des porte-bébés (de randonnée ou des préformés) gratuitement.

On demande aux familles d'attendre 6 semaines avant de s'inscrire.

Les ateliers portage

On propose aux familles divers ateliers portage:

- À la découverte du peau à peau (gratuit);
- À la découverte des différents types de porte-bébés (gratuit);
- Atelier portage physiologique d'un nouveau-née (0-4 mois) (20\$);
- Atelier portage physiologique d'un bébé curieux (4 mois et plus) (20\$);
- Clinique d'ajustement de porte-bébé (40\$).



Clinique d'ajustement avec une maman

Le journal en néonatalogie

On propose le journal en néonatalogie aux familles:

- qui auront un bébé prématuré (en prénatal);
- qui ont un bébé prématuré (non planifié);
- qui ont déjà eu un prématuré et vivent une nouvelle grossesse;
- qui attendent des jumeaux ou triplés.

Le journal est offert gratuitement aux familles en prénatal à l'hôpital (suivi Gare) ou en postnatal (en néonatalogie).



De nombreuses informations sont aussi disponibles sur notre site:

<https://nourrisourcelarentides.ca/prematurite-neonatalogie/>

Les tire-laits



On propose la **location** de tire-lait à la mère:

- qui a une diminution de sa production de lait;
- qui souhaite allaiter, mais dont le bébé ne peut pas téter;
- qui retourne au travail ou intègre le SDG (réserves);
- qui veut essayer le tire-allaitement.



On propose l'**achat** du tire-lait à la mère:

- qui veut faire du tire-allaitement à long terme;
- qui veut tirer son lait de façon régulière

La programmation

On propose la programmation:

- à la nouvelle infirmière de l'unité des naissances;
- à la famille qui attend son premier enfant;
- à la doula en formation;
- à la sage-femme qui veut connaître les dernières données en allaitement;
- à la famille qui a besoin d'informations sur un sujet précis;
- à la bénévole qui anime souvent les haltes-allaitement;
- à la consultante en lactation, IBCLC, qui veut se tenir à jour...

La programmation FAMILLES, PARTENAIRES et BÉNÉVOLES, c'est pour qui?



PROGRAMMATION
2023-2024

.....

Activités, formations
et plus pour les
Familles allaitantes · Bénévoles · Partenaires
et intervenants du milieu de la périnatalité



Nourri-
Source
LAURENTIDES

Le matériel en allaitement



Boutique Nourri-Source Laurentides
Bureau Saint-Jérôme

On propose à la famille ce matériel en allaitement:

- Tire-laits manuels (ou l'extension du hygienikit);
- Soutien-gorges d'allaitement (Momzelle);
- Nature Bond (6 semaines et plus);
- Porte-bébés (Gustine)
- Téterelles Ameda;
- Coussinets d'allaitement;
- Compresse de gel (soulagement);
- Sacs de stérilisation;
- Coussins d'allaitement.

Sans oublier la friperie de vêtements de maternité et d'allaitement.

Les capsules et les vidéos

On propose les capsules ou les vidéos aux familles:

- pour s'informer sur l'allaitement avant l'accouchement;
- pour connaître les différentes positions d'allaitement;
- pour comprendre l'expression manuelle;
- pour comprendre la réduction des méfaits.



Premier Podcast Nourri-Source Laurentides

Il est aussi possible de parler du Podcast *Le temps d'une tétée* de Nourri-Source Laurentides pour normaliser l'allaitement maternel.

Vérification de sièges d'autos

On propose la clinique de vérification de sièges d'autos aux familles:

- qui attendent un premier enfant;
- qui ont de la difficulté à ajuster le bébé ou l'enfant dans son siège d'auto;
- qui veulent changer le siège d'auto;
- qui ont de la difficulté à ajuster leur siège d'auto dans la voiture.



Clinique de vérification de sièges d'autos
Juin 2023

Le livre de recettes

Le 12 août 2023 a eu lieu le lancement de la prévente du premier livre de recettes *Quoi faire avec son lait maternel?*

Ce livre comprend:

- plus de 30 recettes avec du lait maternel;
- des recettes de soins pour la maman et le bébé;
- des trucs et astuces pour la récolte et la conservation du lait maternel;
- des témoignages sur la préparation de recettes avec du lait, sans pression.

On le propose aux mamans qui ont une grande réserve de lait au congélateur.

La sortie officielle: Pendant la SMAM



Affiche de la prévente
Quoi faire avec son lait maternel

La Petite Source (HGC)

Nourri-Source Laurentides offre le service de halte-garderie pour les enfants âgés entre 18 mois et 12 ans.

On propose LPS à la famille:

- qui retourne au travail;
- qui effectue un retour aux études;
- qui a besoin d'un moment de répit régulier;
- qui a besoin d'aller à un rendez-vous;

ou simplement pour donner la chance à l'enfant de venir socialiser.



Atelier causerie
La Petite Source

La Petite Source volante

Projet de halte-garderie communautaire **gratuite** qui se déplace dans les Laurentides chaque semaine. Il permet à **12 familles** d'avoir accès à un répit de 3 heures maximum à un autre endroit qu'à Saint-Jérôme.

On propose aux familles d'enfants de 18 mois à 5 ans:

- des services de répit pour les enfants à défis spécifiques;
- des services de garde pour travailler ou suivre des formations;
- des activités de socialisation aux enfants isolés;
- des activités de développement global pour l'enfant.



Comment référer?

- La famille peut elle-même remplir une demande sur le site NSL;
- Elle peut nous écrire sur le Messenger de la page Facebook;
- Elle peut nous envoyer un courriel;
- Elle peut nous appeler;
- Elle peut venir en personne à nos bureaux.



Crédit photo Roxanne Michel

nourrisourcelaurentides.ca / 1 866 436-2763 / Facebook: nourrisourcelaurentides