

# Ensemble pour l'allaitement maternel:

## Promotion, protection et soutien.



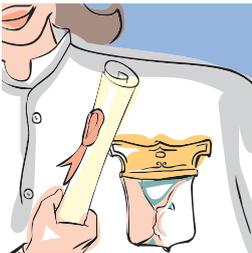
### Allaitement naturel.

L'allaitement au sein est la manière naturelle pour une mère d'alimenter son enfant et c'est important pour la santé de la mère, de l'enfant et pour la société.



### Être protégés de la publicité.

La structure sanitaire participe à l'Initiative OMS UNICEF "Ensemble pour l'allaitement", en adhérant aux Bonnes Pratiques prévues pour les structures sanitaires. La structure a souscrit le Code International sur la Commercialisation des remplaçants du lait maternel de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) qui protège les familles de quelque type de promotion ou publicité de remplaçants du lait maternel, biberons et tétines. Les opérateurs sanitaires fournissent soutien et renseignements pratiques, privés d'intérêts commerciaux.



### Etre soutenus par des opérateurs sanitaires formés.

Pour pouvoir vous aider dans l'alimentation de votre enfant, tous les opérateurs sanitaires ont reçu une formation spécifique sur l'allaitement et l'alimentation des enfants.



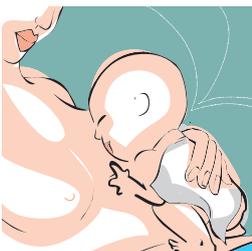
### Choisir après avoir été informés.

Tous les parents ont le droit de choisir l'alimentation de leur propre enfant. Dès le début de la grossesse vous recevrez de nos opérateurs sanitaires tous les renseignements et l'aide pratique nécessaire pour allaiter l'enfant au sein. Y- a t'il des raisons graves qui empêchent l'allaitement au sein? Est-ce que votre choix est différent? Dans ces cas aussi vous recevrez informations et soutien pour alimenter en toute sécurité votre enfant avec le lait artificiel.



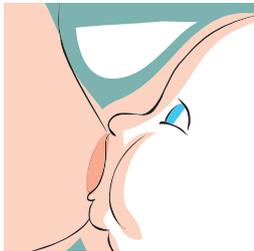
### Accouchement naturel.

Le jour de l'accouchement tu peux être accompagnée à l'hôpital par ton partenaire ou par une personne de confiance. Durant la phase des douleurs et contractions, tu peux marcher, boire, manger des aliments légers et choisir d'apaiser la douleur sans l'usage de médicaments. Pendant l'accouchement tu peux adopter les positions que tu préfères. Nous favorisons l'accouchement naturel: les pratiques cliniques qui peuvent interférer seront utilisées seulement si c'est nécessaire et tu seras toujours informée à l'avance.



### Etre proches ... tout de suite.

Nous ferons de manière que tu puisses tout de suite tenir ton enfant proche de toi, nu en contact "peau à peau". A l'hôpital nos opérateurs sanitaires seront là auprès de toi pour te soutenir et t'aider avec la première tétée, sans aucune hâte. Cette possibilité te sera offerte aussi en cas de césarienne avec anesthésie locorégionale (épidurale).



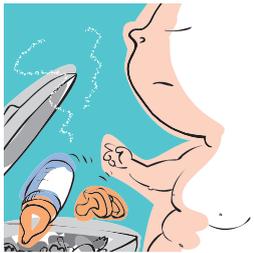
## Allaiter ... naturellement.

Dans nos services, tu recevras toute l'aide qui te sert pour trouver la position plus apte pour allaiter ton enfant correctement au sein et pour comprendre s'il prend assez de lait. Nous t'encouragerons à l'allaiter toutes les fois qu'il manifestera d'avoir faim. Nos opérateurs sanitaires te donneront tous les renseignements sur comment tirer le lait du sein, une pratique qui est très utile dans certains cas (exemple: sein trop plein et douloureux).



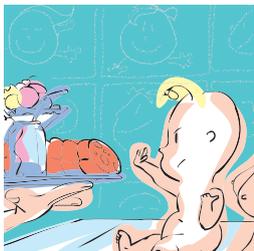
## Rester toujours ensemble ...

Nous avons fait de manière que tu puisses tenir ton enfant toujours proche de toi, pour que tu découvres ses réactions et puisses répondre rapidement à ses besoins en cas de faim. Même après la sortie de l'hôpital, il serait important de tenir ton enfant proche de toi et le faire dormir dans la même chambre



## ... sans interférence.

Nous te déconseillons d'utiliser les tétines, téterelles et protège-mamelons pendant que l'enfant est entrain d'apprendre à téter au sein, parce que ça peut compliquer l'allaitement au début.



## Allaiter exclusivement pour 6 mois et après ... continuer.

Allaiter au sein de manière exclusive jusqu'aux six mois accomplis est très important. Nous t'aiderons à comprendre quand ton enfant est prêt pour manger les aliments solides et nous t'expliquerons comment les introduire. C'est important aussi de continuer l'allaitement jusqu'à 2 ans et au-delà, si toi et ton enfant vous le désirez.



## Demander de l'aide pour être soutenus.

Nos structures sont toujours à ta disposition: nous te fournirons les indications nécessaires pour nous contacter. Nous te donnerons une liste de gens (groupes de mamans et opérateurs) qui te seront d'aide et de soutien pour l'allaitement, pour l'alimentation et en général pour les soins de ton enfant. Si tu as besoin n'hésite pas à demander de l'aide.



## Pouvoir allaiter et être bien accueillies ... partout.

L'allaitement au sein est bien accepté dans toute espace publique de cette structure sanitaire. Nous sommes engagés à encourager l'accueil de la maman qui allaite dans tous lieux et espaces publiques de la communauté.