

Obtenir de l'aide sur l'alimentation des nourrissons auprès de la Santé publique

Si vous avez déjà communiqué avec une infirmière de la Santé publique pendant votre grossesse ou après la naissance de votre bébé, celle-ci peut vous aider pour l'alimentation de votre bébé. N'hésitez pas à lui en parler.

Si on ne vous a pas encore contacté, vous pouvez prendre rendez-vous vous-même en téléphonant au numéro indiqué au dos de ce dépliant.

Les médecins de famille, les infirmières praticiennes ou les infirmières en médecine familiale, ainsi que les organismes communautaires comme les centres de ressources familiales, peuvent également vous orienter vers ce service.



Communiquer avec le service de la petite enfance

Secteur Centre

Région d'Halifax, côte est, West Hants
902-481-4967/1-800-430-9557 (sans frais)
earlyyears cz@nshealth.ca

Secteur Est

Cap-Breton, Guysborough, Antigonish
902-563-2400 / 1-833-867-0880 (sans frais)
earlyyearse z@nshealth.ca

Secteur Nord

Colchester-East Hants, Cumberland, Pictou
902-667-3319 / 1-800-767-3319 (sans frais)
nzeynurses@nshealth.ca

Secteur Ouest

Vallée de l'Annapolis, côte sud, sud-ouest
1-833-601-0949 (sans frais)
earlyyearswz@nshealth.ca

En ligne

Site en anglais uniquement.



www.nshealth.ca/Infant-Feeding-Support



Nourrir votre bébé

Une aide toujours gratuite, par la Santé publique





Aide gratuite pour l'alimentation des nourrissons, par des infirmières expérimentées de la Santé publique

Nourrir son bébé fait partie des moments les plus intimes et les plus forts de la vie d'un parent. En Nouvelle-Écosse, vous pouvez donc compter sur toute une équipe.

Les infirmières de la Santé publique spécialisées dans la petite enfance ont suivi une formation sur l'alimentation des nourrissons. Si vous êtes enceinte et que vous avez des questions à ce sujet, ou si votre bébé est déjà né et que vous avez besoin d'aide ou de réponses à vos questions, une infirmière de la Santé publique est là pour vous aider.

Que ce soit chez vous, dans votre ville ou village ou par téléphone, les infirmières de la Santé publique offrent des soins bienveillants et sans jugement pour que vous vous sentiez en confiance, bien informée et accompagnée à chaque étape.

Créer un plan d'alimentation pour votre bébé

Une infirmière de la Santé publique peut vous aider à créer un plan d'alimentation correspondant à vos valeurs et à votre mode de vie, et vous accompagner pour atteindre vos objectifs. Il s'agit notamment d'examiner les différentes options qui s'offrent à vous, comme l'allaitement maternel, les préparations commerciales pour nourrissons ou une combinaison des deux. Ce plan vous aidera à décider comment vous souhaitez nourrir votre bébé afin que vous vous sentiez plus confiante et mieux préparée.

L'aide dont vous avez besoin, quand vous en avez besoin

Les infirmières de la Santé publique savent que les questions sur l'alimentation des nourrissons ne s'arrêtent pas après les premiers jours ou les premières semaines et que chaque famille a des besoins différents. Vous pouvez donc utiliser les aides suivantes quand vous en avez besoin :

- Évaluations individuelles en matière d'alimentation
- Aide pour la prise du sein et le positionnement lors de l'allaitement
- Aide pour déterminer si votre bébé boit suffisamment de lait
- Solutions aux difficultés courantes liées à l'alimentation
- Conseils sur le tirage du lait, l'expression du lait et la conservation du lait en toute sécurité
- Conseils sur l'alimentation pendant le retour au travail
- Information sur les habitudes alimentaires des nouveau-nés
- Soutien pour créer des liens et pour nourrir votre bébé en fonction de ses signaux
- Soutien pour la préparation et l'administration des préparations commerciales pour nourrissons
- Aide pour vous mettre en relation avec les services et ressources communautaires et de santé