



© VZW Borstvoeding

Une mine  
d'informations  
et de rencontres sur  
**la naissance,  
l'accueil du  
nourrisson et  
l'allaitement**

Du 1er au 7 octobre, c'est la Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel et la Semaine de Promotion de la Santé du Nourrisson et de sa Famille en Communauté Française. A cette occasion, les associations actives dans le domaine de la Naissance, de l'Allaitement et de l'accueil du bébé vous ont préparé un programme riche et varié d'activités et de rencontres. Découvrons cela ensemble...

**D**u 1er au 7 octobre, c'est la Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel et la Semaine de Promotion de la Santé du Nourrisson et de sa Famille en Communauté Française. A cette occasion, les associations actives dans le domaine de la Naissance, de l'Allaitement et de l'accueil du bébé vous ont préparé un programme riche et varié d'activités et de rencontres. Découvrons cela ensemble...

C'est en 1990 qu'est née l'Alliance Mondiale pour l'Allaitement Maternel (World Alliance for Breastfeeding Action), sous l'impulsion de 30 gouvernements, d'organisations des Nations Unies et d'organisations non gouvernementales et avec le soutien de l'Unicef. L'une de ses principales actions est l'organisation d'une semaine

mondiale annuelle de promotion de l'allaitement maternel afin de donner une visibilité à ce qui est devenu une véritable préoccupation internationale de santé publique.

En effet, si la tendance à allaiter est en hausse, les mères n'alimentent généralement leur bébé au sein que quelques petites semaines (50% des bébés ne sont plus allaités à 15 semaines selon les statistiques de l'ONE). Les familles pensent sans doute qu'il est difficile de continuer plus longtemps.

Alors qu'au contraire, une fois l'allaitement mis en place pendant ces premières semaines, les mois qui suivent sont un long fleuve de lait tranquille où bébé et maman se retrouvent dans la joie d'un moment d'intime complicité et d'amour partagé. Que du bonheur, quoi !

**“Une fois l’allaitement mis en place les mois qui suivent sont un long fleuve de lait tranquille où bébé et maman se retrouvent dans la joie d’un moment d’intime complicité et d’amour partagé. Que du bonheur, quoi !”**

### Qu’en pensent les pédiatres ?

Professionnels de l’allaitement, pédiatres et même la suprême référence qu’est l’Organisation Mondiale de la Santé (OMS) recommandent 6 mois d’allaitement exclusif. Jusqu’à cet âge le lait maternel est clairement l’aliment le plus adapté pour votre bébé et répond seul à l’ensemble de ses besoins nutritionnels. Depuis le 1er jour, il s’adapte à chaque tétée aux besoins votre bébé, besoins du moment, besoin de l’âge...

Il ne trouvera nulle part ailleurs certains précieux éléments comme les anti-corps, est également le meilleur en cas d’allergies dans la famille...

Après 6 mois, votre enfant est prêt à recevoir d’autres aliments (l’idéal est donc de ne les introduire qu’à cet âge et progressivement).

### Est-ce pour cela qu’il faut arrêter l’allaitement ?

Bien sûr que non !

L’OMS encourage fortement les mères à poursuivre l’allaitement après l’introduction d’autres aliments. Cela pourrait être par exemple le matin avant d’aller au bureau et le soir en rentrant. Ou en tirant son lit sur son lieu de travail, avec la complicité de la gardienne ou de la crèche. Et en n’hésitant pas bien sûr à s’abandonner à plus de tendresse le week-end... Jusqu’à un an, le lait reste l’aliment le plus important pour votre enfant.

Certaines crèches également font tout pour favoriser la poursuite de l’allaitement après la reprise du travail, par exemple en conseillant la Maman sur la conservation de son lait, en utilisant des tétines spéciales pour le donner au bébé, voire même en prévenant la Maman par SMS lorsque bébé réclame à boire !

**small is beautiful®**  
*Life is just a sweet*

15% SUR LES LISTES DE NAISSANCES



PAS DE CARTE DE FIDELITÉ  
-10% DIRECTEMENT À LA CAISSE  
UNIQUEMENT SUR LE TEXTILE

### Textile

All Star - Archimède - Baby Dior - Bellerose - Bienvenue sur terre - Burberry - CKS - Converse - Diesel - Doré-Doré - Eager Beaver - Guess - Hello Kitty - Imps & Elfs - Kiwi - Liberto - Lili Gaufrette - Mason's - Marcel & Léon - Nolita - Nini - Olive - Petit bateau - Paté de Sable - RaRe - Replay - Taille O - Villebrequin - ...

### Puériculture

Avent - Baby björn - Bugaboo - Childwood - Fisher Price - Koelstra - Lodger - Maxi cosi - Phillips - Peg-Pérego - Pericles - Quinny - Römer - Roscon - Storchenmühle - Tefal - Tigex - Tiny Love - Torck - Woodwork - ...

Small is Beautiful  
394 Chaussée de Ruisbroeck  
1620 Drogenbos

Derrière Carrefour de Drogenbos  
à côté des Jouets Broze

Tél. 02 332 42 32

Fax 02 332 42 33

mail ; info@smallisbeautiful.be

[www.smallisbeautiful.be](http://www.smallisbeautiful.be)



© Sophie Rétif

L'allaitement, ce geste inné tant pour les femmes que pour leur nouveau né, subit hélas une forte pression sociale. « L'allaitement oui, mais pas en public ».

Et puis, les idées préconçues ont la vie dure « avec un biberon il ferait ses nuits ! », « tu ne tiendras pas le coup ! ».

Et puis cet art d'imitation à eu tendance à se perdre pendant quelques décennies, les jeunes femmes d'aujourd'hui n'ont parfois jamais vu quelqu'un allaiter avant que ce ne soit leur tour. Alors une petite difficulté, un peu de fatigue, et la maman abandonne par manque de soutien moral, d'interlocuteur expérimenté, d'écoute amicale... Heureusement, associations et professionnels de la santé sont là pour les soutenir dans leur démarche d'allaitement et organisent conférences, séances conviviales d'information et de rencontre entre les parents et les futurs parents, permanences téléphoniques, brochures...

Cette année, la Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel est également la Semaine de Promotion de la Santé du Nourrisson et de sa Famille (tous les 2 ans). C'est l'occasion d'intensifier encore cette action en Communauté Française, prolongeant le thème mondial 2005 de « la Continuité de l'allaitement » et le replaçant dans son contexte physiologique, médical, familial et social.

### ● Agenda des activités d'Octobre

Prochaines Soirées d'échange parents - futurs parents d'Alter-NativeS  
Rencontres, infos, témoignages, les vendredis à 19h30, en alternance dans les villes, entrée gratuite, réservation souhaitée 0477/47 49 63 ou [contact@alternatives.be](mailto:contact@alternatives.be)

- Vendredi 7 octobre 2005 à 19h30 à Liège  
Lieu : La Maisonnée - rue des Ecoliers, 24 4020 Liège
- Vendredi 21 octobre 2005 à 19h30 à Bruxelles  
Lieu : Espace Claire de Lune - 67, rue Camille Lemonnier - 1050 Bruxelles.

Valérie Miest



### AGENDA

#### ● Marche-en-Famenne

« Naître et grandir aujourd'hui : Deux Journées d'échanges et d'information sur la naissance, l'allaitement et le bien-être du bébé ». Le dimanche 2 octobre : journée tout public et le lundi 3 octobre 2005 : journée à l'attention des professionnels et étudiants du secteur. Au programme de nombreuses conférences, ateliers, activités, se déroulant en parallèle de 10h à 18h sur les thèmes aussi diversifiés que le projet de naissance, les préparations à la naissance, l'ostéopathie, les pleurs et colères des bébés, le massage-bébé, le portage, l'éveil sonore du tout petit, le rôle des sages-femmes, ... De nombreux stands et une exposition sur le portage dans le monde, sans oublier que les enfants sont également les bienvenus et que de multiples activités leurs seront proposées lors d'animations, d'ateliers et même d'un spectacle de marionnettes. Une vraie mine d'or de rencontres, d'informations et de plaisir pour une excellente journée en famille !

Lieu : Complexe Saint-François à Marche-en-Famenne.  
PAF : 3 € par familles. Programme détaillé sur [www.marche.be/naitregrandir](http://www.marche.be/naitregrandir) - 0474/38 78 08

#### ● Namur

La Maison de Naissance L'Arche de Noé vous ouvre ses portes lors de 3 rencontres informatives et conviviales autour de l'allaitement et du nouveau né, (ouvertes à tous quelque soit le projet de naissance des parents et futurs parents) « Réunion d'informations et d'échanges autour de l'allaitement et du parentage » Laurence Mathieux, La Leche League - inscription : 081/21 41 67 « L'accueil du nouveau-né » : Dieudonnée Reynaert,

sage-femme - inscription : 0486/83 33 53

« Les compétences du nouveau-né » : Claire Matagne, sage-femme - inscription : 0495/24 94 92

Lieu : Maison de Naissance « L'Arche de Noé » - Rue Loiseau, 39 - 5000 Namur

Semaine du 1er au 7 octobre (dates exactes à préciser)  
Tél.: 0498/81 32 05 - [www.maison-de-naissance.be](http://www.maison-de-naissance.be)

#### • Liège

La Maison de Naissance La Maisonnée, collectif de sages-femmes, vous propose des informations sur la grossesse, la naissance et une séance spécifique sur l'Allaitement le lundi 17 octobre 2005 à 19 h 30 : « Mon lait est-il bon ? En ai-je assez ? Allaiter à la demande ou à horaire fixe ? Comment concilier allaitement et travail ? Pour prendre un bon départ dès la première tétée »...

Réservations : Katia Kauffmann - Tél.: 080/86 27 66

Lieu : La Maisonnée asbl - rue des Ecoliers, 24 - 4020 Liège  
[www.maisonnee.be](http://www.maisonnee.be) - 0486/86 58 22

#### • Verviers

Conférence: « Bébé, comment tu me parles ? »

Lundi 3 octobre avec C. Bertrand, infirmière accoucheuse  
Organisation : la Ligue des Familles

Infos : 087/89 17 61 ou 0477/41 68 63

#### • Ottignies-Louvain-la-Neuve

Le samedi 1er octobre de 10h à 17h30 : Une journée portes ouvertes gratuite sur l'Allaitement et l'accueil du nourrisson: des exposés pour les parents à 10h30 sur « rythmes du nouveau né » par le Docteur Coussemont formatrice en allaitement maternel; midi : stands et

vidéos; 14h « Pour que l'allaitement soit agréable, comment éviter les crevasses et les engorgements ? » par Catherine Massart - IBCLC, infirmière-consultante en lactation, animatrice d'Infor-Allaitement, à 16h un atelier « Déjà avant la naissance, bébé savoure la musique... » Chant Prénatal par Catherine Rémy - musicothérapeute et Vanessa Gerkens Harpe prénatale.

Les petits enfants sont les bienvenus et pris en charge.  
Lundi 7 novembre 2005 et tous les 1ers lundi du mois : matin 10h et soirée 19h30 : Animation sur l'allaitement maternel pour parents et futurs parents.

Contact : Catherine Massart d' Infor-Allaitement

Tél.: 081/61 59 83

Lieu : Maison de l'Enfance, de la Famille et de la Santé d'Ottignies-LLN, Rue de la Sapinière, 10.

Renseignements et inscriptions 0473/64 08 23

#### • Bruxelles

Mutualité Saint Michel - 1er lundi du mois après midi et conférence le jeudi 6/10 pour les professionnels - par Catherine Massart, infirmière, consultante en lactation IBCLC - Tél.: 0474/64 20 64.

#### • Gembloux

Mardi 4 octobre à 10h (et chaque premier mardi du mois) : animation - rencontre pour parents et futurs parents autour de l'allaitement

Le jeudi 6 octobre à 20h (et chaque premier jeudi du mois) : séance d'information pour futurs parents sur « les rythmes et besoins du nourrisson » (en alternance avec « le bon démarrage de l'allaitement maternel »)

Renseignements et inscription : 0474/64 20 64

#### • Infos

Découvrez le détail des activités du 1er au 7 octobre et des activités régulières de ces associations dans notre agenda et sur les sites suivants :

- Alter-NativeS : [www.alternatives.be](http://www.alternatives.be)  
Tél.: 0477/47 49 63
- Infor-Allaitement : [www.infor-allaitement.be](http://www.infor-allaitement.be)  
Permanence téléphonique : 02/242 99 33
- La Leche League :  
n° des permanences téléphoniques régionales au 02/268 85 80
- Allaitement-Info de l'ASBL Charleroi Naissance  
Tél.: 071/31 61 16
- Promotion de la Santé du Nourrisson et de sa Famille : [www.semainedunourrisson.be](http://www.semainedunourrisson.be)
- Sages-femmes : [www.sage-femme.be](http://www.sage-femme.be)
- Maisons de Naissances :  
Namur : [www.maison-de-naissance.be](http://www.maison-de-naissance.be)  
Liège : [www.maisonnee.be](http://www.maisonnee.be)
- Crèche à Bruxelles favorisant l'allaitement maternel : [www.boumbadaboum.be/creche](http://www.boumbadaboum.be/creche)

Rencontrez Professionnels et Associations au Salon Baby Boom du Heyzel à Bruxelles les Vendredi 7, samedi 8 et dimanche 9 octobre 2005.

Programme détaillé sur  
<http://www.babyboom.be/news/salon.htm>



# baby 2000

## Le plus grand choix pour les plus petits

Le plus grand choix pour les plus petits en accessoires pour le bain, les soins, les vêtements, les jouets, les chambres à coucher,...

Demandez gratuitement notre catalogue via

[www.baby2000.com](http://www.baby2000.com)

Vous le trouverez également dans nos magasins.



ZAVENTEM BRUGGE HASSELT HERSTAL SCHELLE SCHOTEN AACHEN