

Cocogren

*CO*mité *CO*ncertation *des GR*oupes d'*EN*traide *(allaitement)*

5 OCTOBRE 2018

LYON, FRANCE

LE QUÉBEC DANS LE CANADA



Capitale Nationale: la région de Québec



Nombre d'habitants: 742 452 (2017)

Les actrices

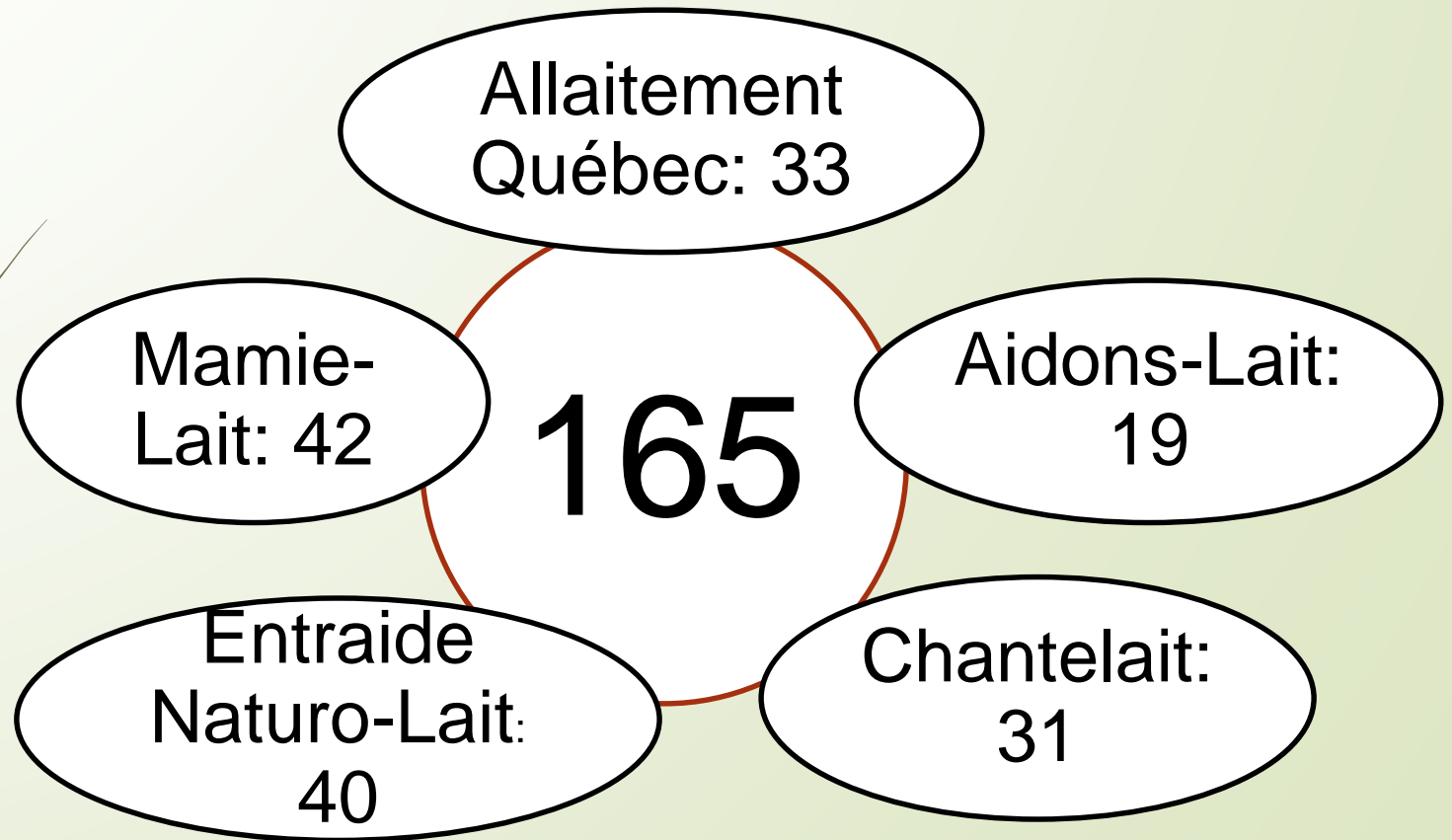


ait
allaitement



Portrait de famille:

nombre de bénévoles



Historique du



- CRACN
- 1999: organisation « Foire de l'allaitement », 10 000 participants
- Création du **Comité de Concertation des Groupes d'Entraide en allaitement**




Objectifs

- Unir les forces vives des 5 groupes
- Créer des activités et des outils pour soutenir les parents, leur entourage et la communauté
 - DVD, formations, Communauté de pratique
- Front commun sur la thématique de l'allaitement




Fonctionnement

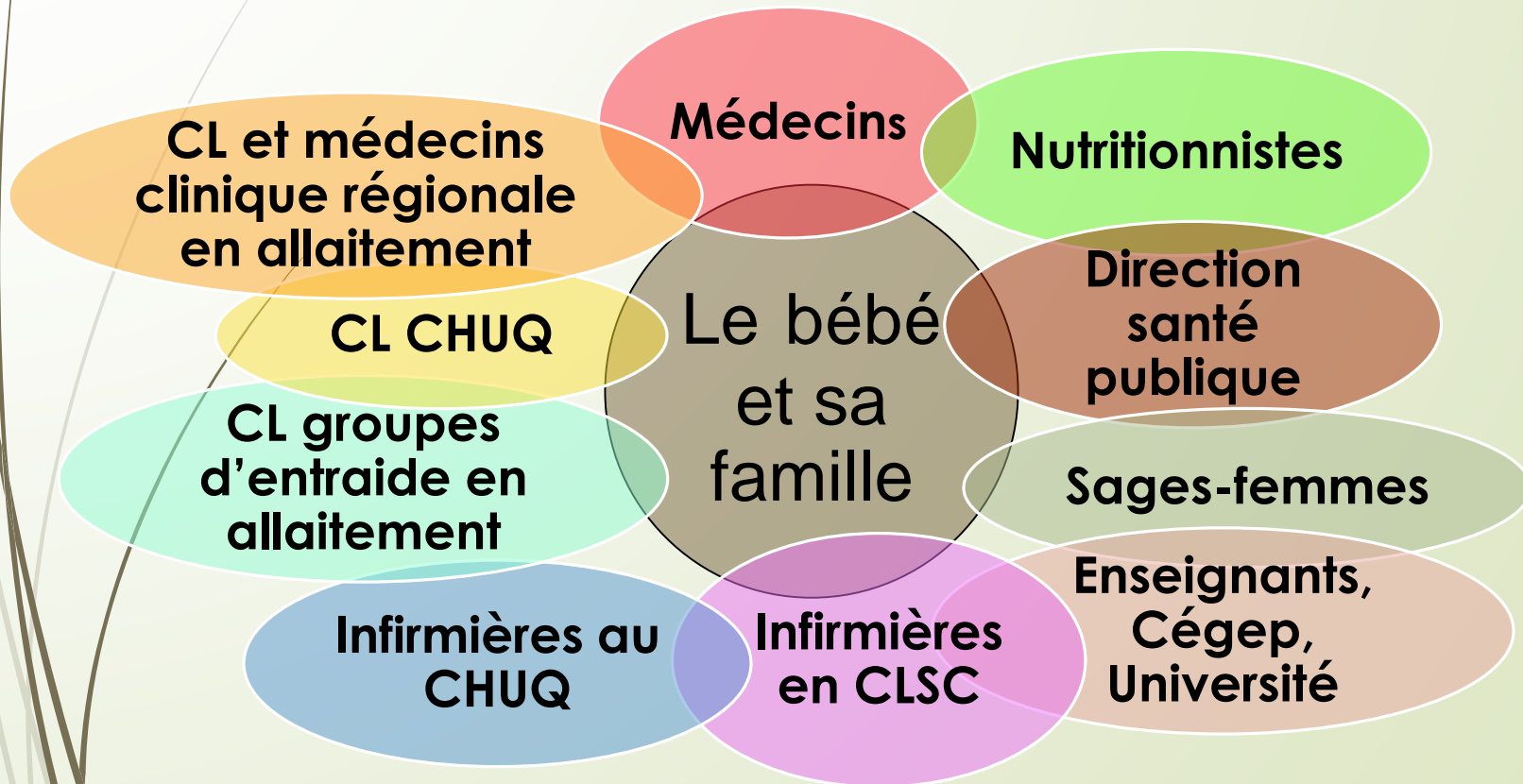
- 1 coordonnatrice
 - 6 rencontres par année
 - Financement par PCNP
- 



Partenariats

- Centres locaux de services communautaires (CLSC)
 - Direction Santé Publique
 - CRACN
 - Localement
- 

Comité régional en allaitement







Trajectoire pour les parents



Partenariats
Tirelait **Information**
Consultation
Support
Marraine **Écoute** **Stage**
Rencontre **Postnatal** **Formation**
Prénatal
Accessoires

Les services en chiffre

Appels: 8000



**1531
consultations**

Services (suite)



**397 locations de
tire-lait**



**79 + 63 rencontres prénatales de groupe
261 rencontres postnatales**

Actions-projets

- Route du lait
- Voisines
 - Coffre d'outils
 - Trousse de bienvenue
- Ostéo-bébés



Création d'outils



- Aide-mémoire Tire-Lait
- Fiches prénatales
- Mémo Freins de langue
- Affiche Viva-sein
- Vidéo: la mise au sein

Aide-mémoire


Utilisation du tire-lait électrique double expression à la maison

Démarrer, augmenter ou maintenir la production de lait.
Cet aide-mémoire n'est pas une recette, à vous de l'adapter à votre situation et de trouver ce qui fonctionne le mieux pour vous. Si votre bébé est hospitalisé, suivez les consignes de l'hôpital.

FRÉQUENCE
Imiter la fréquence des boires d'un bébé qui tète jour et nuit, soit environ 8 fois par 24 heures, dont au moins une fois la nuit.
Vous pouvez faire une pause de 5-6 heures par 24 heures.
Horaire variable, pas nécessairement aux heures fixes, à vous de choisir.

DURÉE DE LA SÉANCE D'EXPRESSION DOUBLE : LES DEUX SEINS EN MÊME TEMPS
Environ 10 à 15 minutes par séance de tire-lait. Si le temps vous manque, il est préférable de faire une petite séance d'expression que pas de séance du tout.

TIRE-LAIT
Utiliser un tire-lait ne doit pas être douloureux. Il est important d'avoir la



Site internet Cocogren



[QUI SOMMES-NOUS](#)

[SERVICES](#)

[ÉVÉNEMENTS](#)

[NOUVELLES](#)

[VIDÉO](#)

[ENGLISH](#)

[NOUS JOINDRE](#)



Organismes communautaires en allaitement de la Capitale-Nationale

Parfois connu sous le nom de COCOGRN
(COmité de COncertation des GRoupes
d'ENtraide en allaitement) nous regroupons
5 organismes communautaires.



Pour nous joindre:

cocogren.com



COCOGRN

COMITÉ DE CONCERTATION DES GROUPES
D'ENTRAIDE EN ALLAITEMENT