



Qui est la marraine Nourri-Source ?

C'est tout d'abord une mère ayant une expérience d'allaitement. Elle a reçu une formation de base en allaitement mais également sur l'écoute active. Elle doit suivre un code d'éthique et tient ses connaissances à jour grâce à de la formation continue.

La philosophie Nourri-Source

Ouverture

Entraide

Épanouissement

Respect

**Deviens
marraine
dès
aujourd'hui**

Être une marraine Nourri-Source, c'est :

- Soutenir et informer les mères
- Suivre des formations et s'impliquer dans des projets
- Faire partie d'un réseau de plus de 700 marraines réparties dans 9 régions du Québec
- Recevoir beaucoup de reconnaissance des familles

**Remplis ce
formulaire sur**



info@nourri-source.org
Fédération Nourri-Source 2023



FÉDÉRATION
**Nourri-
Source**

**Marraines
Nourri-Source**
Rôle et importance



WWW.NOURRI-SOURCE.ORG

Le rôle de la marraine

La marraine peut soutenir les familles de la grossesse au sevrage de l'allaitement. L'accompagnement se fait par téléphone, par messagerie électronique ou parfois en personne.



La marraine est là pour écouter, donner de l'information et recommander des ressources médicales ou communautaires au besoin. C'est une présence rassurante qui soutient les mères lors de problématiques courantes et mineures en allaitement.



Pourquoi faire appel à une marraine?

Le soutien par les pairs pendant la période périnatale contribue à :

- 1 **Augmenter le taux d'allaitement**
- 2 **Accroître la durée et l'exclusivité de l'allaitement**
- 3 **Renforcer les compétences des mères**
- 4 **Augmenter le sentiment d'épanouissement**
- 5 **Diminuer le sentiment d'isolement**

Que fait-elle ?

La marraine puise ses informations dans le guide *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans* de l'INSPQ, ainsi que dans le livre *Le Petit Nourri-Source*.



Quelques exemples :

- Renseigner sur les différentes positions d'allaitement et leurs avantages
- Identifier les signes d'une bonne prise du sein
- Expliquer la technique de compression du sein
- Informer au sujet des pics de développement
- Recommander un-e professionnel-le de la santé si un problème dépasse son rôle de marraine d'allaitement