

Comme promis, vous trouverez ci-dessous les liens vers quelques documents, vidéos et sites internet mentionnés lors de la rencontre pour votre "boîte à outils" :

Fonder les bases de l'allaitement d'un nouveau-né

[Aspect du colostrum](#)
[Un bon transfert de lait](#)

Les réflexes du nouveau-né à la naissance
[Nine Instinctive Steps to Breastfeeding - YouTube](#)
[Early Initiation of Breastfeeding - Breastfeeding Series - YouTube](#)
[Comportement inné du nouveau-né](#)

[Expression manuelle](#)

Clés pour démarrer de manière optimale
[Signes de faim du bébé \(image\)](#)

[Allaiter un nouveau-né \(pdf\)](#)

Mise au sein
[Grande ouverture de bouche](#)
[Prise décentrée et profonde](#)
[Position biologiques différents corps \(anglais\)](#)

[Briser la succion \(anglais\)](#)

Élimination
[Aide-mémoire du Mieux Vivre \(pdf\)](#)

Défis liés à l'allaitement
[Compressions du sein](#)

[Désengorgement dans un verre d'eau chaude](#)
[Massage lymphatique pour œdème ou engorgement \(anglais\)](#)
[Contre-pression de l'aréole \(anglais\)](#)

Alternatives
Donner du lait au [cup](#)
Donner du lait avec [tube au doigt](#) (source [ICT Lactation](#))
Donner du lait avec un [Dispositif d'Aide à l'Allaitement au sein](#)
[Alimentation rythmée du nourrisson \(pace-bottle feeding\)](#)

[Documentation de la Société Canadienne de Pédiatrie sur l'importance du peau à peau](#)

Pleins de ressources pertinentes sur la [coparentalité](#)
Un [carnet de chèques cadeaux](#) à se faire offrir par notre “village”:
[Textes législatifs sur le droit à allaiter en public](#)

Cododo

[Pamphlet UNICEF - Partager un lit avec votre bébé / Un guide pour les mères qui allaitent](#)

[Informations sur le sommeil du bébé \(pdf\)](#)

[Article de Naître et Grandir sur le cododo](#)

Ressources

[Calendrier des haltes-allaitement organisées par Nourri-Source Montréal](#)

Possibilité de voir en un coup d’œil la halte la plus proche de chez-vous quand vous le souhaitez !

Si ce n’est pas déjà fait, un lien vers une demande de [jumelage](#) avec une bénévole de Nourri-Source Montréal

[Fiches sur l’allaitement de la fédération Nourri-Source](#)

[Variété de sujets avec mises à jour régulières](#) : Différentes positions, Cannabis, Régurgitations, Entrée en service de garde, Allaitement et Alcool, Engorgement mammaire, Vasospasme, Compressions du sein, Sexualité, Deuil de l’allaitement, et bien plus.

[Vidéos de la Fédération Nourri-Source](#)

[Vidéos variées de la clinique d’allaitement du Dr Jack Newman \(anglais\)](#)

En cas de besoin

[Consultantes en lactation certifiées IBCLC](#)