

# Les Chemins du Lait

A travers toutes les Ardennes,  
créons des lieux accueillants,  
où allaiter les bébés.

Et grâce à ce logo   
les mamans les reconnaîtront.

Plus d'informations: 06 43 81 14 99

[www.ardennesallaitement.fr](http://www.ardennesallaitement.fr)



« Les chemins du lait » sont pilotés par



ardennes  
allaitement

Avec le soutien financier de



Et le soutien de :



**Réseau Périnatal**  
de Champagne-Ardenne

## Les chemins du lait

Connaissez-vous ce logo ?



Ce pictogramme international indique un lieu où les bébés allaités sont les bienvenus.

Les « chemins du lait » est un réseau de lieux qui, dans les Ardennes, accueillent courtoisement les mamans et leurs bébés allaités.

Nul besoin d'un espace dédié ou isolé, seulement la certitude pour la maman, que si son enfant a faim, elle pourra l'allaiter, sans jugement et sans remarque déplaisante ni déplacée. C'est un des moyens de soutenir les mamans dans leur choix d'allaiter.

### Sommaire

Pourquoi un tel réseau ?	p 4
Pourquoi allaiter ?	p 5
Ailleurs dans le monde	p 6
Conditions de partenariat	p 8
Organisateur	p 9
Courrier de présentation	p 10
Contrat de Partenariat	p 11

Contact : [chemins.du.lait@ardennesallaitement.fr](mailto:chemins.du.lait@ardennesallaitement.fr)

Plus d'infos : <http://ardennesallaitement.fr/les-chemins-du-lait/>

## Pourquoi un tel réseau?

Pour avoir envie de continuer à allaiter, une maman doit se sentir à l'aise partout, y compris dans des lieux accueillants du public. Particulièrement dans les Ardennes où la météo est... aléatoire, se sentir bien accueillie au cours d'une sortie est un gage de confort pour la maman et son bébé.

Encore aujourd'hui, les propriétaires de certains lieux ferment leurs portes aux mamans allaitantes ou leur imposent des restrictions, alors que pouvoir allaiter partout est un droit. « Les chemins du lait » est une action concrète qui peut changer cette situation.

Du point de vue du bébé, il doit pouvoir téter dès qu'il en éprouve le besoin, c'est le principe de l'allaitement à la demande. Retarder la tétée est pour le bébé une source de stress insupportable, car il a besoin de téter très souvent par petites quantités et ne peut pas comprendre pourquoi on ne lui donne pas le sein dès qu'il le demande. Pour un bébé d'un mois, retarder la tétée d'un quart d'heure entraîne une sensation de faim équivalente à celle éprouvée par un adulte privé de nourriture pendant trois jours, à ceci près que le bébé n'a pas la notion du temps et ne peut pas comprendre pourquoi il ne peut pas téter tout de suite. Un bébé à qui on refuse la tétée est stressé et pleure.

En dehors du fait que l'allaitement est un droit, un geste aussi simple que d'accueillir une femme qui allaite dans les lieux publics normalise l'allaitement auprès de la société, et des femmes qui ne savent pas toujours si elles sont les bienvenues avec leur bébé. Plusieurs études démontrent que les femmes à l'aise pour donner le sein en public, allaitent plus longtemps que les autres. L'idée de distribuer des autocollants « allaitement bienvenu » apparaît d'ailleurs dans le Plan National Nutrition Santé 2017-2021 publié en Septembre 2017.

**Ardennes Allaitement** coordonne « les chemins du lait » pour repérer les endroits où les portes ne se ferment pas devant une maman qui allaite, où aucune restriction ne lui est imposée.

Sachant que plus de 50 % des femmes allaitent à la sortie de la maternité dans les Ardennes, l'initiative « les chemins du lait » sera bénéfique à de nombreuses femmes, à leurs bébés, à leur famille.

Pourquoi créer un tel réseau ?

- Pour que les femmes qui allaitent se sentent bien accueillies partout.
- Pour contribuer à l'amélioration de la santé des bébés et des mères ainsi que la protection de l'environnement.
- Pour sensibiliser le personnel des lieux de partenariat à l'importance d'accueillir les mamans qui allaitent.
- Pour normaliser l'allaitement en public.

Qui peut adhérer ?

- les établissements publics
- les restaurants, les commerces, les entreprises
- les associations
- tout le monde

## Pourquoi allaiter?

L'allaitement maternel est un enjeu de santé publique en raison de ses bénéfices pour la santé des jeunes enfants et de leur maman. C'est le mode d'alimentation normal du nourrisson permettant d'assurer la croissance et le développement de l'enfant. Ainsi le Ministère de la Santé recommande l'allaitement maternel exclusif jusqu'aux six mois de l'enfant, puis la poursuite de l'allaitement au moins jusqu'à ses deux ans, et aussi longtemps que la mère et l'enfant le désirent, en parallèle avec l'introduction progressive d'aliments solides variés et de qualité. Il reprend en cela les directives de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).

Le lait maternel protège l'enfant et la mère contre plusieurs maladies.

Il contient de nombreux facteurs de protection contre les maladies infantiles (otites, gastro-entérites, infections pulmonaires ...) mais aussi contre certaines maladies plus tardives comme l'obésité. Lorsque les enfants allaités sont malades, ces maladies sont moins graves et nécessitent moins souvent l'hospitalisation.

L'allaitement protège les mères contre le risque d'hémorragie après l'accouchement et à long terme réduit les risques d'ostéoporose, de cancer du sein, de l'ovaire ou de l'utérus, et a un impact sur le diabète.

La proximité physique et les hormones induites par l'allaitement sont des facilitateurs de la relation mère enfant, et réduisent le niveau d'hormones liées au stress.

Sur le plan des économies, l'allaitement représente une source importante d'économie pour la famille, mais aussi pour la société en réduisant les dépenses de santé.

Par ailleurs, l'allaitement est écologique. Il ne laisse aucun déchet (boîtes vides, résidus de production industrielle, ...).

Si de plus en plus de mères choisissent l'allaitement, beaucoup arrêtent prématurément, au bout de quelques semaines alors qu'elles auraient aimé continuer, comme l'indique les résultats de l'étude Elfe parus en 2017. Il est nécessaire que ces mamans puissent être soutenues, qu'elles puissent poursuivre leurs activités, et qu'elles ne se sentent pas jugées dans leurs choix. C'est auprès d'elles tout particulièrement que nous souhaitons porter notre action

### *Références:*

*Guide de l'allaitement maternel de l'INPES*

*Les ouvrages de Claude-Suzane Didierjean-Jouveau*

*OMS*

*Plan National Nutrition Santé 2017-2021*

*Enquête Elfe*

## Ailleurs en France et dans le monde



### En France :

#### Haute Normandie

Le Réseau Périnatal de Haute Normandie met en place ses propres chemins du lait, leur initiative, soutenue par la Mutualité Française, s'appelle « là, pause lait ».

#### Au niveau national

L'auteur Caroline Guillot développe une carte « allaitement friendly » à retrouver [ICI](#)

### Dans le monde francophone :

#### En Belgique

A Bruxelles, en 2017, une carte des cafés « allaitement bienvenu » similaire à celle des chemins du lait est lancée par le centre d'expertise « Kraamzorg Volle Maan ».

#### Au Canada

La région de Québec a lancé l'initiative « bébés allaités : bienvenus dans nos lieux publics ». Grâce à l'association nourri-source, l'initiative prend petit à petit de l'ampleur, et quartier après quartier, la ville Montréal rejoint doucement l'initiative. Ils viennent de créer une application pour smartphone pour repérer et visualiser plus facilement leurs partenaires.



#### En Suisse

La Fondation Suisse pour la Promotion de l'Allaitement Maternel a créé une application pour smartphone (mamamap) recensant les lieux où les bébés allaités sont les bienvenus, avec les horaires d'ouverture des partenaires dans la ville de Berne.

### Ailleurs :

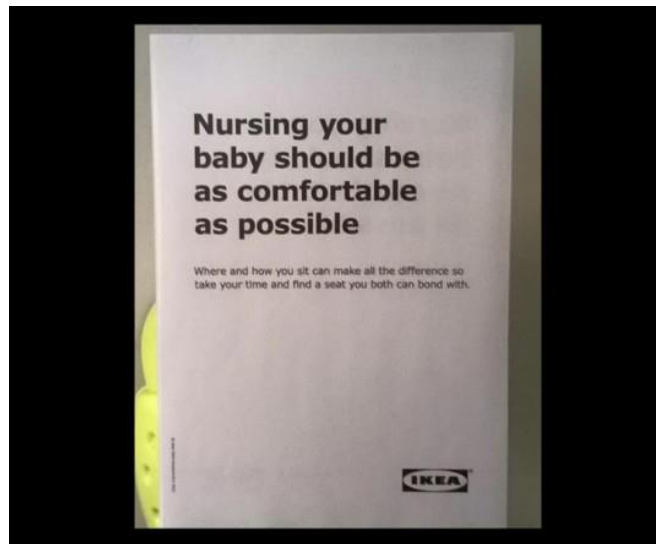
#### En Nouvelle Zélande

De la même manière, le *Southern District Health Board* a mis en ligne une application (BURP - Breastfeeding's Ultimate Refuel Place) qui indique aux mamans où se trouve le lieu accueillant le plus proche.

#### Des initiatives privées :

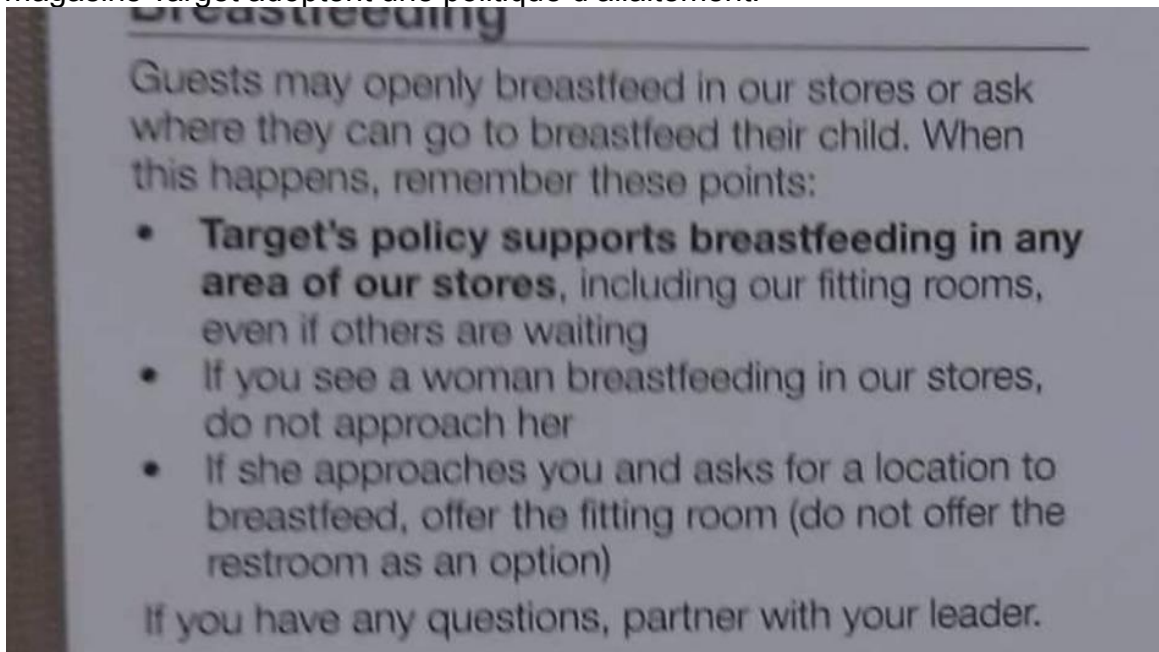
#### En Grande-Bretagne

Une initiative privée : les magasins IKEA ont choisi de mettre à la disposition des mamans allaitantes tous les sièges de leurs magasins.



- Etats-Unis

Les magasins Target adoptent une politique d'allaitement.



Partout les initiatives similaires se développent, dans le reste du Canada (Nouveau Brunswick, Ontario, ...), aux États-Unis, en Australie, aux Pays Bas, en Allemagne, des projets locaux, publics ou privés, prennent de l'ampleur pour répondre aux préoccupations des mamans allaitantes et actives.

Retrouvez de nombreuses initiatives sur la page facebook « les chemins du lait » et la liste complète des partenaires actuels sur le site d'Ardennes Allaitement

<http://ardennesallaitement.fr/les-chemins-du-lait/>

## Conditions de partenariat

### Engagements du partenaire

- Afficher le pictogramme bleu indiquant un environnement accueillant aux bébés allaités.
- Informer le personnel que l'établissement est un environnement accueillant pour les femmes qui allaitent leur enfant.
- S'assurer que la femme qui allaite puisse avoir accès à une chaise lorsqu'elle en fait la demande

### Engagements d'Ardennes Allaitement

- Fournir un pictogramme autocollant indiquant un environnement accueillant aux bébés allaités. Aussi souvent que nécessaire.
- Fournir information et documentation sur l'allaitement maternel si le partenaire en fait la demande.
- Répondre aux questions si besoin
- Publier sur le site internet de l'association les coordonnées du partenaire
- Faire suivre tous les commentaires reçus, positifs ou négatifs, qui concernent directement la partenaire.





Ardennes  
Allaitement

**Organisateur :**

**Ardennes Allaitement**

est une association loi 1901 créée en 2008.

*Son objectif :*

Soutenir les parents qui ont fait le choix d'allaiter et promouvoir l'allaitement. Notre accompagnement commence durant la grossesse et se poursuit jusqu'au sevrage.

*Son activité principale :*

Une **permanence téléphonique**, joignable 7 jours sur 7. Des animatrices formées à l'allaitement maternel répondent aux questions des parents, et de toutes les personnes ayant un intérêt pour l'allaitement maternel. 06.43.81.14.99

Mais encore

Des *rencontres*. Tous les mois à Donchery, et à la demande sur le reste du département.

Une *exposition* « Au sein des Ardennes ». L'allaitement à travers de nombreux lieux connus des Ardennes.

Un *livre*. Pour parler d'allaitement, avec l'ainé d'un bébé allaité.

Un *jeu*. Pour les enfants pour combattre les idées reçues.

Une *bibliothèque*. Pour les parents, avec tous les livres sur l'allaitement sortis ces dernières années. Pour les professionnels de santé, avec des livres techniques. Pour les enfants. Pour sortir de la représentation du bébé biberon.

Et la coordination des « chemins du lait ».

Pour plus de renseignements :

[www.ardennesallaitement.fr](http://www.ardennesallaitement.fr)

Contact : 06 43 81 14 99 ou [contact@ardennesallaitement.fr](mailto:contact@ardennesallaitement.fr)



## Qu'est-ce que le réseau des chemins du lait ?

Courrier de présentation

Afin de banaliser l'allaitement dans les lieux accueillant du public, Ardennes Allaitement crée un **réseau** de partenaires accueillants pour les mamans allaitantes et leur bébé : les chemins du lait.

L'allaitement maternel est un enjeu de santé publique en raison de ses bénéfices pour la santé des jeunes enfants et de leur maman. Et l'allaitement dans les lieux publics est un droit en France. Pour le normaliser, « les chemins du lait » est une démarche positive, ludique et bienveillante.

Ce que **vous trouverez** chez chacun de nos partenaires :

- un **accueil** favorable aux mamans qui désirent allaiter,
- une **chaise** si elle le désire,
- un **logo** bleu « bébé allaité bienvenu » fourni par Ardennes Allaitement

Et **concrètement** ?

Si notre partenaire est une crèche, qu'une maman qui vient chercher son enfant a besoin de l'allaiter, elle pourra le faire.

Si notre partenaire est un restaurant, qu'une maman qui vient manger là a besoin d'allaiter son enfant, elle pourra le faire.

Si notre partenaire est un office du tourisme, que dehors il pleut, qu'une maman souhaite allaiter son enfant à l'abri, elle pourra le faire.

Si notre partenaire est un centre commercial, qu'une maman qui fait ses courses a besoin d'allaiter son enfant, elle pourra le faire.

Ce que **vous ne trouverez pas** chez nos partenaires : un lieu dédié à l'allaitement. Les partenaires ne mettent PAS à disposition des mamans un espace privé, reclus, ou à l'abri des regards. Leur seul engagement est moral.

L'ensemble des partenaires du réseau des chemins du lait est en ligne sur la page internet réservée aux « chemins du lait », sur le site [www.ardennesallaitement.fr](http://www.ardennesallaitement.fr).

Pour rejoindre le réseau ou pour toute information complémentaire, sur l'allaitement, sur la démarche d'Ardennes Allaitement, sur les réseaux similaires en France ou à l'étranger, n'hésitez pas à nous contacter.



*Ardennes Allaitement*  
*Mairie de Donchery*  
*Avenue de Toulon*  
*08350 Donchery*  
*06 43 81 14 99*  
[chemins.du.lait@ardennesallaitement.fr](mailto:chemins.du.lait@ardennesallaitement.fr)

Soutenu par :





Date :

## Les chemins du lait Bébés allaités, bienvenus dans les Ardennes

### Accord de partenariat

Entre : Ardennes Allaitement  
Mairie de Donchery  
Avenue de Toulon  
08350 Donchery

Signature :

Et :

Nom de la personne contact : \_\_\_\_\_

Nom du partenaire : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

Souhaitez-vous faire partie des chemins du lait ?  **Oui**  **Non**

Le partenaire s'engage à :

**Afficher** le pictogramme indiquant un environnement accueillant aux bébés allaités.

Avez-vous besoin d'autocollant(s) ?  **Oui**  **Non**

**Si oui, combien ?** \_\_\_\_\_

**Inform**er le personnel que l'établissement est un environnement accueillant pour les femmes qui allaitent leur enfant.

S'assurer que la femme qui allaite puisse avoir accès à une **chaise** lorsqu'elle en fait la demande

Souhaitez-vous soutenir financièrement les actions de l'association Ardennes Allaitement?

Par une adhésion individuelle de **10** euros

Par une adhésion collective de **20** euros

Par un don du montant de votre choix  \_\_\_\_\_ euros

*Un reçu vous sera envoyé*

**Coupon à retourner à**  
Ardennes Allaitement  
Mairie de Donchery  
Avenue de Toulon  
08350 Donchery

[contact@ardennesallaitement.fr](mailto:contact@ardennesallaitement.fr)

06.43.81.14.99

[www.ardennesallaitement.fr](http://www.ardennesallaitement.fr)

