



# Lettre d'Info

Février 2010 n°5



## Edito

Le conseil d'administration de l'association a eu lieu le 29 Janvier 2010. Nous tenons à remercier Sylvie pour son implication dans l'association et saluons l'arrivée de Maria qui la remplace au conseil d'administration. Les projets pour les années à venir ont été évoqués, en particulier la mise en place auprès des mamans qui le désirent de « marraines » à contacter pour partager des expériences d'allaitement. N'hésitez donc pas à nous contacter si vous désirez être marraine ou « marrainée ».

## Calendrier

**Jeudi 4 Février 2010:** rencontre mensuelle à Donchery, de 14h00 à 16h00.

**Vendredi 26 Février 2010:** rencontre autour de la création de grands panneaux d'information sur l'allaitement, à Flize, dès 19h00.

**Jeudi 4 Mars 2010:** rencontre à Donchery, de 14h00 à 16h00, sur le thème du portage.

## Quand Maman allaite...

C'est le titre du livre que l'association est en train de créer.

Il s'agit d'un ouvrage collectif, pour lequel des mamans se sont engagées, régulièrement ou occasionnellement, en se réunissant (comme c'était le cas le 21 Janvier dernier à Donchery) ou en échangeant des messages électroniques.

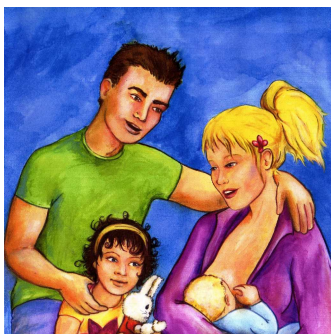
Chaque maman a apporté beaucoup par ses réflexions tant au niveau des textes que des dessins.

Cet ouvrage est destiné aux enfants.

Il leur présente l'allaitement non du côté scientifique, mais du côté poétique.

Grâce à la patte de Florence Mégardon, le livre est à la fois coloré et bourré de clins d'œil.

**Un ouvrage qui sera à mettre entre toutes les petites mains!**



## Le portage

On allaite parce que c'est pratique et agréable.

On porte son enfant parce que c'est pratique et agréable.

Accessoirement, on allaite parce que c'est bon pour la santé de l'enfant.

Accessoirement, on porte parce que c'est bon pour la santé de l'enfant.

Allaiter c'est naturel.

Porter c'est naturel.

Et pourtant, pour bien allaiter on a souvent besoin d'aide, d'informations, d'échanges.

Pour bien porter on a alors aussi besoin d'aide, d'informations, de démonstrations.



Suite à ces rapprochements entre allaitement et portage,

Ardennes Allaitement a décidé de placer le portage au cœur de ses manifestations pour 2010 et en particulier le portage en écharpe.

Les avantages du portage sont mal connus dans notre société occidentale. En voici alors quelques uns:

- il permet de protéger l'enfant des dangers,
- il diminue les pleurs et les coliques,
- il permet la régulation de la température,
- il facilite l'allaitement et le sommeil,
- il stimule l'enfant tant au niveau de l'éveil qu'au niveau moteur,
- et surtout, il renforce le lien entre le bébé porté et son porteur.

## Rappel important

### Que faire en cas de gastro ?

Si une maman qui allaite est atteinte de gastro-entérite : continuer à allaiter. Elle transmettra des anticorps à son enfant.

Si un enfant allaité est atteint de gastro-entérite: ne surtout pas arrêter l'allaitement. C'est l'aliment qui lui conviendra le mieux.

<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1119.pdf>

## La St Valentin

En cette période de cadeaux amoureux, nous voulions rappeler aux papas qui nous lisent, qu'en matière de soutiens-gorges d'allaitement, il y a des alternatives aux modèles que portaient nos grands mères. Les soutiens-gorges à rabats peuvent désormais « froufrouter »!



<http://www.mamanana.com/>