

Votre enfant est allaité ?

On continue ensemble !

Guide pratique pour les familles

Vous avez choisi d'allaiter votre enfant et nous sommes là pour vous accompagner. Ce document vous explique comment nous allons travailler ensemble pour que votre projet d'allaitement se poursuive sereinement pendant l'accueil de votre enfant.

Ce que nous vous demandons

Pour que tout se passe bien, voici les quelques choses simples à prévoir de votre côté :

Préparer le lait

- ☐ Recueillir votre lait dans des contenants propres et hermétiques (biberons, sachets de conservation, pots adaptés)
- ☐ Étiqueter chaque contenant avec : **le nom et prénom de votre enfant, la date et l'heure** du recueil

Transporter le lait

- ☐ Utiliser un **sac isotherme avec pains de glace** pour le transport
- ☐ Le lait doit être **encore frais au toucher** à l'arrivée
- ☐ Limiter le temps de trajet autant que possible

Communiquer avec nous

- ☐ Nous dire quel est votre projet : allaitement exclusif, mixte, sevrage en cours
- ☐ Nous informer du rythme habituel de votre enfant (fréquence, quantités)
- ☐ Nous prévenir de tout changement (arrêt de l'allaitement, introduction de lait infantile, diversification)

- ☐ Nous signaler toute allergie ou point d'attention médical

Respecter les durées de conservation

Le lait maternel est un produit vivant. Pour la sécurité de votre enfant :

- ☐ **Lait frais** : à conserver au réfrigérateur, à utiliser dans les **48 heures** après le recueil
- ☐ **Lait congelé** : à décongeler au réfrigérateur la veille, à utiliser dans les **24 heures** après décongélation
- ☐ **Ne jamais recongeler** du lait déjà décongelé

En cas de doute, n'hésitez pas à nous demander.

Ce que nous nous engageons à faire

De notre côté, voici ce que nous mettons en place pour votre enfant :

Conserver et préparer le lait avec soin

Nous vérifions l'étiquetage à chaque réception.

Nous stockons le lait dans un espace dédié au réfrigérateur, à la bonne température (0-4°C).

Nous réchauffons le lait au bain-marie ou au chauffe-biberon — **jamais au micro-ondes** (il détruit les anticorps et crée des points chauds dangereux).

Nous assurons la traçabilité de chaque biberon.

Respecter le rythme de votre enfant

Nous utilisons la technique du **paced feeding** (biberon-pause) : le biberon est donné lentement, avec des pauses, pour respecter la satiété de votre bébé.

Nous utilisons des tétines à **débit lent** pour préserver la compatibilité sein/biberon.

Nous ne forçons **jamais** votre enfant à finir un biberon.

Si votre enfant refuse le biberon, nous proposons des alternatives (tasse, cuillère...).

Vous accueillir pour allaiter sur place

Si vous le souhaitez, vous êtes la bienvenue pour venir allaiter votre enfant dans la structure.

Un espace calme et discret est à votre disposition, sans rendez-vous.

Nous adaptons le rythme de votre enfant pour ne pas le nourrir juste avant votre arrivée.

Communiquer avec vous au quotidien

Chaque jour, nous vous transmettons : les heures et quantités des biberons, le comportement de votre enfant, et tout événement particulier.

Nous faisons régulièrement le point avec vous sur l'évolution du projet d'allaitement.

En cas de difficulté, nous pouvons vous orienter vers des professionnels spécialisés (consultante en lactation, PMI, pédiatre).

Accompagner sans juger

Votre choix d'allaiter est respecté, quelle que soit sa forme (exclusif, mixte, sevrage en cours).

Nous ne suggérerons jamais d'arrêter l'allaitement.

Notre équipe est formée à l'accueil de l'enfant allaité.

Nous sommes là pour vous soutenir.

Bon à savoir

Il est normal que votre enfant refuse le biberon les premiers jours. Cela ne veut pas dire que ça ne marchera pas. Avec de la patience et les bonnes techniques, la grande majorité des bébés allaités s'adaptent.

Les quantités prises au biberon seront probablement plus petites et plus fréquentes qu'avec du lait infantile. C'est normal : le lait maternel se digère plus vite.

Un objet avec votre odeur (t-shirt porté, doudou) peut rassurer votre bébé pendant votre absence.

Nous avons pris connaissance de ce document ensemble

La famille

Nom : _____

Date : __/__/____

Signature :

La structure

Nom : _____

Date : __/__/____

Signature :

Ce document est conservé dans le dossier de l'enfant.