



L'allaitement est synonyme de bien-être

Le lait maternel est l'aliment traditionnel originel.

L'allaitement procure de nombreux bienfaits à la mère et à son bébé – il leur permet de demeurer forts et en santé.

Adapté avec la permission de la Régie de la santé des Premières Nations.

best start
meilleur départ

by/par health **nexus** santé





L'allaitement peut favoriser l'autonomie des femmes

**En allaitant, les femmes
alimentent la vie.**

**best start
meilleur départ**

by/par health **nexus** santé

Adapté avec la permission de la Régie de la santé des Premières Nations.



Il faut tout un village pour élever un enfant

Apprendre à être parent est un travail d'équipe.

Les tantes, les grand-mères et les sœurs peuvent
prêter main-forte.

Demander de l'aide est un signe de force.

Adapté avec la permission de la Régie de la santé des Premières Nations.

**best start
meilleur départ**

by/par health **nexus** santé





Être à l'écoute des besoins de la mère et de ses questions sur l'alimentation des nourrissons

**Cela permet d'offrir à la mère
le soutien dont elle a besoin
pour prendre de saines décisions.**

Adapté avec la permission de la Régie de la santé des Premières Nations.

best start
meilleur départ

by/par health **nexus** santé



Aucune mère ni aucun bébé laissés pour compte

Nous avons tous un rôle à jouer pour soutenir les mères dans la prise de décisions éclairées en matière d'alimentation, et ce, quelle que soit leur décision.

Adapté avec la permission de la Régie de la santé des Premières Nations.

**best start
meilleur départ**

by/par health **nexus** santé





Excellence

L'allaitement permet à la mère et à son bébé de demeurer forts en leur procurant de nombreux bienfaits.

Adapté avec la permission de la Régie de la santé des Premières Nations.

**best start
meilleur départ**

by/par health **nexus** santé





En soutenant l'allaitement, les pères peuvent aider leur bébé à devenir fort

Les pères peuvent aider en cajolant leur bébé, en permettant à la mère de se reposer et de bien manger, et en lui disant qu'elle fait du bon travail.

Adapté avec la permission de la Régie de la santé des Premières Nations.

best start
meilleur départ

by/par health *nexus* santé





L'allaitement : une réappropriation de nos traditions

Le lait maternel « *tire sa source de nos ancêtres pour alimenter nos générations futures* ».

Le lait maternel est l'aliment traditionnel originel.

Adapté avec la permission de la Régie de la santé des Premières Nations.

**best start
meilleur départ**

by/par health **nexus** santé

