



Stillförderung Schweiz
Promotion allaitement maternel Suisse
Promozione allattamento al seno Svizzera

Info Mars 2018

www.allaiter.ch

Chère lectrice, cher lecteur,
L'ordonnance relative à la rémunération des pauses d'allaitement est en vigueur depuis 2014. De nombreuses femmes cessent d'allaiter quand elles reprennent leur activité professionnelle, soit parce qu'elles ne connaissent pas leurs droits concernant l'allaitement à la place de travail, soit parce qu'elles pensent que les difficultés d'ordre organisationnel soient insurmontables.

Avec un **nouveau projet**, Promotion allaitement maternel Suisse contribue à fournir des informations sur ce sujet à un grand nombre de mères.

Dans cette édition :

- > Nouveaux projet : inscription pour information
- > Premières informations sur la semaine mondiale de l'allaitement maternel 2018
- > Save the date : colloques 2018
- > Boutique en ligne
- > Nouveau dépliant « Alimentation des nourrissons et des enfants en bas âge » dans huit langues
- > Actualités publiées dans les médias
- > Actualités du monde de la recherche
- > Projet Miapas
- > Allaitement et travail
- > mamamap
- > Matériel d'information

Meilleures salutations
Christine Brennan, directrice

Promotion allaitement maternel Suisse

Schwarztorstrasse 87, 3007 Berne
tél. 031 381 49 66, fax 031 381 49 67

[modifier les coordonnées](#) | [se désinscrire](#) | [contact](#)

Nouveaux projet : inscription pour information

L'ordonnance relative à la rémunération des pauses d'allaitement est en vigueur depuis 2014. (*Ordonnance 1 relative à la loi sur le travail (OLT 1)* [Art. 60 Durée du travail en cas de grossesse et de maternité ; temps consacré à l'allaitement](#))



De nombreuses femmes cessent d'allaiter quand elles reprennent leur activité professionnelle, soit parce qu'elles ne connaissent pas leurs droits concernant l'allaitement à la place de travail, soit parce qu'elles pensent que les difficultés d'ordre organisationnel soient insurmontables.

Avec la carte d'inscription « **Oui, j'aimerais en savoir plus sur l'allaitement maternel** », Promotion allaitement maternel Suisse contribue à fournir des informations sur ce sujet à un grand nombre de mères. Les femmes sont invitées à s'inscrire auprès de Promotion allaitement maternel Suisse en indiquant leur adresse e-mail et la date de naissance. Avant la fin de leur congé de maternité, elles recevront des informations concernant la poursuite de l'allaitement après le retour à la place de travail et les bases légales, des check-lists pour se préparer, des feuilles d'information pour l'employeur ainsi que des adresses et liens utiles.

Les femmes qui s'inscrivent avant ou juste après l'accouchement recevront un premier e-mail avec des informations relatives à l'allaitement maternel, aux possibilités de trouver du soutien et à mamamap.

Les cartes sont remises par des spécialistes (sages-femmes, consultant(e)s en lactation, gynécologues, pédiatres, personnel des consultations parents-enfants et des hôpitaux) aux futures mères ainsi qu'aux femmes qui ont déjà accouché. Elles peuvent être commandées gratuitement auprès de Promotion allaitement maternel Suisse : www.allaiter.ch/shop

Nous remercions toutes les personnes concernées de nous soutenir en distribuant les cartes aux femmes.

Semaine mondiale de l'allaitement maternel 2018

La semaine mondiale de l'allaitement maternel 2018 se déroule en Suisse du 15 au 22 septembre. Le slogan choisi est « L'allaitement : la base de la vie ».

Dans un monde rempli d'inégalités, de crises et de pauvreté, le lait maternel est particulièrement précieux en tant que aliment de qualité et bon marché. La nutrition, la sécurité alimentaire et la lutte contre la pauvreté sont d'importants objectifs de développement durable des Nations Unies. L'allaitement est la base d'une bonne santé pour les bébés et les mères pendant toute la vie – également en Suisse.

Au cours de la semaine mondiale de l'allaitement maternel 2018 il s'agira d'attirer l'attention sur le rôle que joue l'allaitement pour la nutrition, la sécurité alimentaire et la réduction de la pauvreté et de montrer les stratégies et domaines d'action pertinents. [Plus d'information](#)

Colloques 2018

Save the date

Les dates des colloques 2018 sont fixées :

- Lausanne, 4 septembre 2018 (en français) au sujet de la compétence transculturelle
- Zurich, 13 septembre 2018 (en allemand) autour des thèmes diabète de la gestation, obtention du colostrum pendant la grossesse et milkbanking/milksharing

Des informations supplémentaires sont régulièrement publiées sur notre [site Internet](#).

Boutique

La nouvelle boutique a été lancée avec succès, quelques petits problèmes du début ont pu être résolus. Avez-vous déjà effectué une commande ? www.allaiter.ch/shop

Nous nous réjouissons de tout commentaire qui nous parvient par e-mail à l'adresse contact@stillfoerderung.ch.

Nouveau dépliant de l'OSAV en huit langues

En plus de la brochure, un dépliant « **Alimentation des nourrissons et des enfants en bas âge** » est disponible : d'un format pratique, il peut par exemple être accroché dans la cuisine.

Au recto se trouvent des recommandations pour l'alimentation des nourrissons durant les douze premiers mois et au verso des recommandations pour l'alimentation des enfants en bas âge durant la 2^{ème} et la 3^{ème} année de vie.

Le [dépliant](#) est disponible en huit langues. [Commande auprès de l'OSAV](#) ou dans notre [boutique](#)

Actualités publiées dans les médias

Nouveau centre de recherches sur les effets à long terme de l'allaitement maternel

Quelles sont les raisons pour lesquelles une mère allaite ou non ? Quels sont les conséquences pour l'enfant, la mère, la société ? Il existe de nombreuses données scientifiques attestant que l'allaitement a des effets positifs sur la santé des enfants et des mères, on manque par contre encore de connaissances sur les motifs qui influent sur la décision des femmes d'allaiter ou non.

Ces questions sont examinées au nouveau « Larsson-Rosenquist Stiftung Center für die Ökonomik der Kinder- und Jugendentwicklung mit einem Schwerpunkt auf Stillen » de l'Université de Zurich, premier institut de recherche de ce type dans le monde entier. Le centre, qui est intégré à la faculté des sciences économiques, est doté d'une chaire et d'un fonds de recherche. [Lire la suite](#) (en allemand)

Divers articles à ce sujet ont été publiés dans des quotidiens de Suisse alémanique, dont le [Tagesanzeiger](#), [Der Bund](#) et la [Luzerner Zeitung](#).

Actualités du monde de la recherche

Les mères qui allaitent ont un moindre risque de diabète

Une étude menée pendant trois décennies a confirmé ce que les spécialistes ont supposé depuis longtemps : une mère qui allaite son enfant réduit en même temps son risque de souffrir d'un diabète plus tard dans sa vie.

Dans le cadre de l'étude, une comparaison a été faite entre les mères qui ont allaité pendant six à douze mois et celles qui ont donné des préparations pour nourrissons à leur enfant. Il en a résulté que l'allaitement réduit de près de la moitié (47 %) le risque des mères de développer un diabète. Pour le groupe des mères qui ont allaité jusqu'à six mois, le risque était réduit d'un quart. Selon les auteurs de l'article publié dans le journal *JAMA Internal Medicine*, cet effet protecteur est à attribuer très probablement à l'influence que certaines hormones liées à l'allaitement exercent sur les cellules du pancréas. [Vers l'étude](#) (en anglais)

Allaiter réduit le risque d'hypertension artérielle

Les résultats d'une étude publiée dans le *American Journal of Hypertension* montrent que les femmes qui allaitent plusieurs enfants pendant une durée prolongée ont un moindre risque de souffrir d'une hypertension artérielle après la ménopause. [Lire la suite](#) (en anglais)

Quelle est, de leur propre avis, l'influence des pères sur la décision d'allaiter ou non ?

La fréquence et la durée de l'allaitement dépendent aussi de l'opinion du père et de son influence. Une enquête a été menée pour analyser comment les pères perçoivent leur influence quant à la décision d'allaiter le bébé ou de lui donner des préparations pour nourrissons. Les participants ont considéré l'allaitement comme un comportement normal. Ils étaient tous de l'avis que la compétence de prendre des décisions concernant l'allaitement revient plutôt aux femmes, ce qui a été expliqué par le fait qu'elles sont concernées dans une plus grande mesure. Une autre interprétation possible serait que les hommes hésitent à pénétrer dans un domaine que les femmes considèrent comme étant le leur. Les participants ont par ailleurs indiqué que l'allaitement était plus difficile qu'ils ne l'auraient pensé. [Vers l'étude](#) (en anglais)

Les mères qui allaitent au service de la recherche

L'Université technique de Freising (Munich) mène une étude pour déterminer si les substances aromatisantes du curry se retrouvent plus tard dans le lait maternel. On recherche des femmes qui veulent participer à cette étude. [Lire la suite](#) (en allemand)

Informations présentées par l'Institut européen pour l'allaitement maternel et la lactation :

- **Human milk-based Human Milk Fortifier (HMHMF) pour les prématurés à risque élevé**
Les prématurés sont particulièrement exposés à des maladies gastro-intestinales et sont plus souvent touchés par une entérococolite nécrosante, une condition grave de l'intestin. On sait depuis longtemps que le risque de développer une entérococolite nécrosante – ainsi que celui d'autres maladies – peut être réduit si l'enfant est exclusivement nourri au lait maternel (de la mère ou d'une donatrice). [Lire la suite](#)
- **L'introduction des aliments complémentaires chez les prématurés**
Le développement des prématurés diffère de celui des enfants nés à terme. C'est pourquoi il est souvent recommandé de baser l'évaluation du développement des facultés motrices, par exemple, sur l'âge de vie corrigé et non pas sur l'âge effectif. Des chercheurs en Inde ont analysé si cette recommandation est également valable en ce qui concerne le moment de l'introduction d'aliments complémentaires. [Lire la suite](#)
- **Hypoglycémie chez les nouveau-nés**
Directives et leur mise en pratique. [Lire la suite](#)

Projet Miapas de Promotion Santé Suisse

Dans le cadre du projet [Miapas](#), Promotion Santé Suisse encourage la santé des jeunes enfants en collaboration avec des partenaires nationaux : d'une part, on rédige et diffuse des données de base, des recommandations et des messages communs à l'adresse des spécialistes de la petite enfance. D'autre part, on sensibilise les décideurs du monde politique à l'importance de la promotion de la santé des jeunes enfants.

Les acteurs nationaux du domaine de la petite enfance publient pour la première fois des recommandations concernant la promotion de l'activité physique chez les nourrissons, les jeunes enfants et les enfants d'âge préscolaire. Ces recommandations se présentent sous forme théorique pour les professionnels et sous forme de conseils pratiques pour les parents et les personnes de référence.

Vous trouvez les recommandations et les dépliants pratiques [ici](#).

Allaitement et travail

Nous pouvons désormais compter sur le soutien d'une juriste pour traiter les questions relatives aux droits des mères allaitantes. Cela nous permet d'améliorer encore notre offre de soutien aux mères. N'hésitez pas à nous faire parvenir vos questions : contact@stillfoerderung.ch

L'objectif de Promotion allaitement maternel Suisse est non seulement d'informer les spécialistes et les parents sur les droits des mères allaitantes qui reprennent leur activité professionnelle, mais également de sensibiliser les employeurs. Nous menons régulièrement des entretiens avec différentes entreprises pour évaluer la situation actuelle et pour faire connaître les [aide-mémoire](#) publiés par Promotion allaitement maternel Suisse.

mamamap – allaiter tout en mobilité



Nous avons mis à jour l'application pour trouver des espaces allaitement publics, en tenant compte des développements récents de la technique et en apportant des améliorations au niveau du contenu.

Consultez la nouvelle version ici : www.mamamap.ch

Une carte permet de repérer ces espaces allaitement. Connaissez-vous un endroit où les mères qui allaitent sont les bienvenues et qui ne se trouve pas encore sur mamamap.ch ? Alors n'hésitez pas à l'indiquer.

Matériel d'information

Commandez dans notre boutique en ligne : www.allaiter.ch/shop

- Brochure au sujet de l'allaitement qui s'adresse également aux pères



Avez-vous déjà jeté un œil dans la brochure pour les pères et les mères ? (vous pouvez le faire [ici](#))

Vous préférez une copie imprimée ? Commandez votre **exemplaire gratuit** à l'adresse contact@stillfoerderung.ch.

- Court métrage « Breast is best » en 14 langues



Le court métrage « Breast is best » en **14 versions linguistiques** (français, allemand, italien, anglais, albanais, arabe, espagnol, farsi, kurde, portugais, somali, tamoul, tigrinya et turc) est disponible gratuitement sur www.allaiter.ch/courtmetrage. Depuis son lancement en décembre 2016, le film a été visionné plus de 18'000 fois.

Les flyers d'information destinés aux parents et indiquant le lien direct peuvent être commandés à la [boutique](#). Nous vous remercions de contribuer à ce que chaque future mère puisse voir ce film dans sa langue maternelle.

- **Film « L'allaitement des prématurés »**



Ce film montre les premières étapes vers le succès de l'allaitement des prématurés. Il est disponible gratuitement sur www.allaiter.ch/premature. Depuis son lancement en août 2016, le film a été visionné plus de 6000 fois.

Les flyers destinés aux parents, avec des informations et l'indication du lien, peuvent être commandés dans notre [boutique](#).

Le film peut également être commandé dans la [boutique](#) sur un DVD comprenant les quatre langues.

Nous nous réjouissons de tout feed-back concernant ce film adressé à contact@stillfoerderung.ch. Merci d'avance !

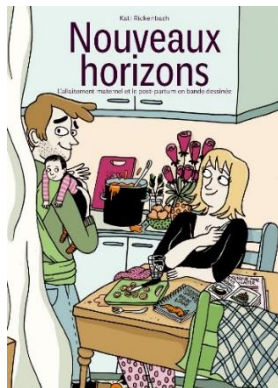
- **Brochure d'allaitement**



La brochure d'allaitement est disponible en 12 langues : français, allemand, italien, anglais, albanais, arabe, espagnol, portugais, serbe/croate, tamoul, tigrinya et turc.

Nous vous prions d'offrir cette [brochure](#) aux femmes concernées dans leur première langue. Veuillez également nous informer si vous êtes d'avis qu'elle devrait être traduite en une langue supplémentaire (contact@stillfoerderung.ch). Nous vous remercions de votre coopération.

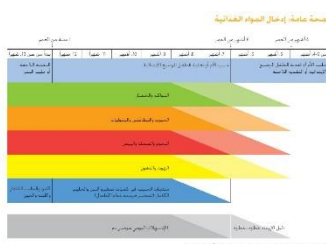
- **Bande dessinée « Nouveaux horizons »**



[Départ pour une vie avec bébé](#)

La naissance d'un enfant marque le départ pour un voyage passionnant et riche en nouvelles expériences – surtout s'il s'agit de la première fois. La bande dessinée « Nouveaux horizons » décrit le parcours des jeunes parents Louise et Tom de la naissance de leur fille Anne en passant par les diverses phases du post-partum jusqu'à la gestion d'un quotidien qui a beaucoup changé. Avec humour et sensibilité, l'illustratrice Kati Rickenbach montre toute la palette des situations typiques dans cette période de vie extraordinaire, ses moments de joie, de préoccupations et d'incertitudes. Accompagné d'une brochure rassemblant des informations utiles sur l'allaitement et le post-partum, « Nouveaux horizons » offre non seulement une lecture divertissante mais aussi une aide précieuse pour s'adapter à la vie avec bébé.

- **Recommandations de la SSP et de la SSN en 12 langues**



Le tableau synoptique sur l'introduction des aliments chez le nourrisson, disponible jusqu'alors en français, allemand, italien et anglais, a été traduit dans les langues suivantes : albanais, arabe, espagnol, portugais, serbe/croate, tamoul, tigrinya et turc. Toutes les versions linguistiques peuvent être [téléchargées](#).

- Film de formation « Breast is best » sur [DVD](#)
- Brochure et dépliant édités par l'OSAV : « [Alimentation pendant la grossesse et la période d'allaitement](#) »
- Brochure de l'OSAV « [L'alimentation des nourrissons et des enfants en bas âge](#) »
- [FAQ](#), Questions fréquemment posées

Autre matériel d'information pour les migrantes

En fournissant des informations en plusieurs langues sur des questions de santé, migesplus.ch facilite l'accès aux prestations et contribue à améliorer la santé des migrants et migrantes.

