



Stillförderung Schweiz
Promotion allaitement maternel Suisse
Promozione allattamento al seno Svizzera

www.allaiter.ch

Info Mars 2020

Chère lectrice, cher lecteur,

Nous sommes heureux de pouvoir proposer désormais les jaquettes pour les carnets de santé indépendamment de la semaine mondiale de l'allaitement et nous remercions toutes les organisations qui ont apporté leur soutien. À commander dans notre [boutique](#).

Dans cette édition (le texte en français se trouve ci-dessous) :

- [Jaquettes pour les carnets de santé](#)
- [Semaine mondiale de l'allaitement 2020](#)
- [Save the date : symposiums 2020](#)
- [Corona virus COVID-19 et allaitement](#)
- [Rapport WBTi Swiss 2020](#)
- [Alimentations végétarienne et végétalienne pour nourrissons et enfants en bas âge](#)
- [Actualité du projet de mise en réseau Miapas](#)
- [Affaires politiques liées à l'allaitement](#)
- [Accroche-porte pour l'espace allaitement](#)
- [Aide-mémoire : utilisation de sucettes](#)
- [Dépliant destiné aux pères](#)
- [Inscription pour information](#)
- [Question actuelle pour notre juriste](#)
- [Production de lait maternel après la perte de l'enfant](#)
- [Questionnaire EPDS](#)
- [Actualités du monde de la recherche et articles divers](#)
- [Offres de formation continue de nos partenaires](#)
- [Pour les spécialistes](#)
- [mamamap](#)
- [Matériel d'information](#)
- [Solution du concours](#)

Jaquettes pour les carnets de santé

Pour la deuxième année consécutive, Promotion allaitement maternel Suisse a mis à disposition des jaquettes pour les carnets de santé dans le cadre de la semaine mondiale de l'allaitement. Suite à de nombreuses demandes, nous proposons désormais les jaquettes en Tyvek imperméable et extrêmement résistant également en dehors de cet événement. Elles peuvent être commandées dans notre [boutique](#) sous Divers. Nous remercions sincèrement toutes les associations et organisations qui ont apporté un soutien financier à la production des jaquettes.

Semaine mondiale de l'allaitement 2020

Le slogan choisi par la WABA pour la semaine mondiale de l'allaitement 2020 est « Support breastfeeding for a healthier planet ! »

Il a été adopté sans modification pour la Suisse :

- Stillen unterstützen für einen gesünderen Planeten!
- **Soutenir l'allaitement pour une planète plus saine !**
- Sostenere l'allattamento per un pianeta più sano!

La campagne aura lieu du **12 au 19 septembre 2020**. Comme de coutume, Promotion allaitement maternel Suisse mettra à disposition du matériel. Vous trouverez des informations complémentaires dans notre prochaine newsletter ou bientôt sur le [site internet](#).

Save the date : symposiums 2020

Nous vous prions de noter dans votre agenda les dates des symposiums :

- à Lausanne : **16 septembre 2020**
- à Zurich : **27 août 2020** sur le thème « **La santé psychique après l'accouchement** » (en allemand)
- à Bellinzzone : **15 septembre 2020** sur le thème du **frein de langue** (en italien)

Les informations correspondantes sont régulièrement actualisées sur notre [site internet](#).

Recommandations Corona virus COVID-19 et allaitement

La commission scientifique de Promotion allaitement maternel Suisse est en accord avec les [recommandations du Conseil médical consultatif de l'Association des Consultantes en Allaitement et Lactation Autriche](#) (en allemand). Information sur Corona virus COVID-19 et allaitement peuvent être aussi trouvées [ici](#) (en allemand).

[Informations générales de l'Office fédéral de la santé publique OFSP](#)

Ligne infos coronavirus de l'OFSP :
+41 58 463 00 00 (Tous les jours 24 heures sur 24)

Rapport WBTi Swiss 2020

Comment la Suisse s'engage-t-elle en faveur de l'allaitement ? Que fait-elle pour y parvenir ? Le rapport suisse de la WBTi (World Breastfeeding Trends Initiative) sur la politique d'allaitement maternel dans notre pays peut être téléchargé [ici](#). (Le Rapport est actuellement disponible en allemand (rapport complet) et en anglais (version courte))

Alimentations végétarienne et végétalienne pour nourrissons et enfants en bas âge

En Suisse, le nombre de végétariens ou végétaliens augmente. Toutefois, une alimentation végétalienne peut faire courir un risque de malnutrition, en particulier aux nourrissons et aux enfants en bas âge. L'OSAV a ainsi mandaté la Société suisse de pédiatrie d'élaborer des instructions sur le sujet. Elles sont destinées aux professionnel-le-s qui conseillent les familles sur le végétarisme ou végétalisme.

[Alimentations végétarienne et végétalienne pour nourrissons et enfants en bas âge](#)

Actualité du projet de mise en réseau Miapas

Les priorités de la prochaine phase ont été discutées au printemps 2019 avec le groupe de résonance Miapas. Le document « Mise en réseau Miapas : objectifs et planification 2020-2022 » a été approuvé fin 2019 par le groupe de résonance Miapas et Promotion Santé Suisse. Entre 2020 et 2022, l'accent portera sur la mise en réseau nationale entre Miapas et les autres acteurs dans le domaine de la petite enfance ainsi que sur la communication. L'objectif est d'optimiser l'ensemble de la communication ainsi que de valoriser et de faire connaître les produits développés auprès des professionnel-le-s.

[Plus d'informations](#)

Affaires politiques liées à l'allaitement

Vous trouvez désormais sur notre site internet une page présentant une vue d'ensemble des [affaires politiques liées à l'allaitement](#). Ces informations seront mises à jour lors d'évènements tels que des interpellations, des réponses, des votations, etc.

- Interpellation [Dangers de l'échange direct de lait maternel](#)
- Motion [Les pauses d'allaitement rémunérées doivent être financées par le régime des allocations pour perte de gain](#)

- Motion [Limitation de la publicité concernant les préparations pour nourrissons et les préparations de suite](#)

Accroche-porte pour l'espace allaitement



Vous souhaitez avoir la possibilité d'indiquer si l'espace allaitement est libre ou occupé ?

Des accroche-porte [à commander dans la boutique.](#)

Recommandations concernant l'utilisation de sucettes

Recommandations concernant l'utilisation de sucettes chez les nourrissons en bonne santé : un nouvel [aide-mémoire pour les spécialistes](#) avec de nombreuses informations de fond et des liens utiles ainsi que les [recommandations pour les parents](#), version succincte à imprimer et distribuer.

Dépliant d'informations destinées aux pères

Au milieu d'une tempête d'attentes contradictoires, chaque père doit trouver le rôle qui lui convient. L'important est d'instaurer une relation avec l'enfant et de créer sa manière personnelle d'exercer le rôle de père. Un effet secondaire apprécié de cette attitude : plus le père se sentira sûr de sa relation et de ses capacités en tant que papa, moins les critiques le toucheront. Il ne sera d'ailleurs plus autant agacé par l'intimité de la relation entre sa compagne et le bébé si c'était le cas.

Des études ont démontré que la possibilité et la durée de l'allaitement au sein dépendent énormément du papa. La nouvelle information a pour but de donner confiance aux pères de pouvoir assumer leur rôle. Elle peut être [consultée directement sur le site Internet](#) ou bien commandée dans la [boutique](#). Dans la partie destinée aux mères, celles-ci sont invitées à encourager leur partenaire à instaurer un rapport autonome avec le bébé.

Cette information pour les pères jouit d'une forte demande. Nous vous serions reconnaissants d'exprimer votre avis sur ce dépliant par e-mail à l'adresse contact@allaiter.ch.

Inscription pour information

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

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 l'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. (Pour répondre à une large demande, nous publions ici les contenus du [premier e-mail](#) et du [deuxième e-mail](#).)

Les cartes pour l'inscription 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 : [boutique](#)

Bon nombre d'inscriptions nous sont déjà parvenues. Nous remercions toutes les personnes concernées de nous soutenir en distribuant les cartes aux femmes.

Collaboration avec une juriste

Nous pouvons 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. Cette possibilité de recevoir des conseils juridiques est très appréciée. La juriste donne également des indications à qui s'adresser si aucun accord avec l'employeur n'a pu être trouvé.

Exemple d'une question :

J'ai accouché de mon 2ème enfant au mois d'avril et repris le travail au mois de septembre. D'un commun accord avec mon responsable, il m'a proposé de prendre mes pauses d'allaitement cumulées en fin de journée et de rentrer plus tôt chez moi, car c'était le plus efficient pour le déroulement de la journée avec mon poste.

Il s'est fait reprendre lorsqu'il était en vacances par sa responsable à lui car il m'avait donnée les mauvaises infos.

Elle m'a prise en entretien pour me dire que je ne pouvais pas partir plus tôt, jusque-là tout va bien (j'avais pris pour mon premier enfant une pause en milieu de journée afin de rentrer chez moi pour allaiter). Mais là elle me dit que je n'ai droit qu'à 30 minutes par jour pour allaiter et donc que je ne peux pas rentrer chez moi. Selon elle je fais un horaire coupé. 8h-17h18 avec 1h de pause à midi. Selon elle, le fait d'avoir une pause de 1h à midi fait que c'est un horaire coupé et que donc le temps calculé pour mon allaitement est 8h-12h donc j'ai droit à 30 minutes.

Pourriez-vous m'éclairer svp? Pourtant pour mon premier enfant j'avais déjà cet horaire et je prenais mes 90 minutes cumulées à mon heure de pause afin de rentrer chez moi, car j'habite loin.

Réponse de la juriste :

À propos de votre question la loi s'exprime très clairement où elle parle de journée de travail indépendamment des interruptions (midi ou repos) de la « journée de travail ».

L'Ordonnance 1 relative à la Loi sur le travail prévoit que :

Art. 60 Durée du travail en cas de grossesse et de maternité ; temps consacré à l'allaitement (art. 35 et 35a LTr) [...]

2 Les mères qui allaitent peuvent disposer des temps nécessaires pour allaiter ou tirer leur lait. Au cours de la première année de la vie de l'enfant, le temps pris pour allaiter ou tirer le lait est comptabilisé comme temps de travail rémunéré dans les limites suivantes :

a. pour une journée de travail jusqu'à 4 heures : 30 minutes au minimum ;

b. pour une journée de travail de plus de 4 heures : 60 minutes au minimum ;

c. pour une journée de travail de plus de 7 heures : 90 minutes au minimum.

Les pauses pour l'allaitement se calculent sur la base des heures effectivement travaillées pendant une journée déterminée. C'est pour cela qu'elles peuvent varier d'un jour à l'autre et elles ne doivent non plus être prises toujours au même moment.

Si j'ai bien compris vous travaillez 8 heures et 18 minutes. En tout cas votre journée de travail est toujours d'au moins 7 heures ce qui vous donne droit de prendre vos pauses pour un total de 90 minutes par jour pendant le travail comme vous voulez, soit plusieurs fois par jour soit tout en une fois, même en les attachant à la pause du midi. Pour votre deuxième enfant la loi a été appliquée correctement, alors que pour votre deuxième enfant vous pouvez vous organiser de la même manière et prendre une pause totale (midi et allaitement, cette dernière payée) de 2 heures et 30 minutes.

N'hésitez pas à nous faire parvenir vos questions : contact@allaiter.ch

Allaitement et travail

Les affiches qui donnent un aperçu des droits dont bénéficient les femmes allaitantes selon la loi sur le travail. sont toujours disponibles Nos vous prions de les commander dans notre [boutique](#) et de les placarder en grand nombre.

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.

Production de lait maternel après la perte de l'enfant

Le service spécialisé kindsverlust.ch distribue des brochures destinées aux parents qui ont perdu un enfant durant la grossesse, l'accouchement ou les premiers jours de vie.

Des informations concernant le sevrage après la perte de l'enfant se trouvent dans la brochure [Was tun, wenn die Brüste voller Milch sind und Ihr Kind nicht lebt?](#) (Que faire si vos seins sont pleins de lait mais que votre bébé n'est plus en vie ?). Malheureusement, cette brochure n'est disponible qu'en allemand. [Commander la brochure](#)

Questionnaire EPDS

Sur le site de l'association [Verein Postnatale Depression](#) vous trouvez plusieurs versions linguistiques du questionnaire Edinburgh-Postnatal-Depression-Scale EPDS (Échelle de dépression postnatale d'Édimbourg).

Ce questionnaire relève des informations sur l'humeur au cours des sept derniers jours. Un score élevé indique une possible dépression, mais ne signifie pas que c'est certain. Un score faible ne garantit pas non plus l'absence d'une dépression actuelle ou future. Si le questionnaire ne remplace donc pas un diagnostic, il donne toutefois une indication quant à la nécessité de consulter un médecin pour un diagnostic plus précis. Les femmes qui ont le sentiment que quelque chose ne va pas chez elles peuvent notamment utiliser l'EPDS pour faire une première évaluation de leur situation.

Actualités

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

- [Rétrospective : « Le lait maternel et l'allaitement pour les enfants malades ou handicapés »](#)
- [Bonding et Self-Attachment](#)
- [L'allaitement réduit également le risque à court terme de développer des maladies cardiovasculaires chez les femmes souffrant de complications liées à la grossesse](#)
- [L'importance du contact peau à peau direct pour TOUS les nouveau-nés](#)
- [Le lait maternel agit de manière ciblée sur les bactéries nocives](#)
- [L'allaitement et le risque de la mère de développer un diabète ou une hypertension artérielle : une méta-analyse actuelle](#)
- [L'allaitement maternel influe de manière positive sur le risque de récurrence de la sclérose en plaques](#)
- [L'état émotionnel de la mère influence l'interaction mère-enfant](#)
- [Protocole numéro 6 de l'ABM actualisé : allaitement et sommeil partagé](#)

Offres de formation de base et continue de nos partenaires

- [Certificate of Advanced Studies CAS Consultante en lactation et allaitement maternel IBCLC](#)
- [Offres de formation continue EISL \(Institut européen pour l'allaitement maternel et la lactation\)](#)
- [Offres de formation continue ASCL](#)

Vous trouverez d'autres cours et conférences proposés par nos partenaires dans [l'agenda](#). Annoncez vos manifestations par e-mail pour que nous puissions les publier dans notre agenda : contact@allaiter.ch

Pour les spécialistes

[Littérature, vidéos et autre matériel](#), mis à disposition par l'Institut européen pour l'allaitement maternel et la lactation.

[Pages spéciales](#) avec des connaissances actuelles sur l'allaitement, présentées par l'Institut européen pour l'allaitement maternel et la lactation.

mamamap – allaiter tout en mobilité

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 le signaler.

Matériel d'information

Consultez et commandez le matériel dans notre boutique en ligne : allaiter.ch/shop

[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.

Solution du concours paru dans la dernière newsletter

Voici les bonnes réponses aux questions posées en décembre 2019 :

1. Qui paie les pauses d'allaitement ?
L'employeur
2. La pause d'allaitement fait-elle partie du temps de travail qui est pris en considération pour calculer la durée totale des pauses d'allaitement ?
Oui, les pauses font partie du temps de travail quotidien.
3. Pendant combien de temps l'employeur doit-il accorder les pauses d'allaitement rémunérées ?
Pendant la première année de la vie de l'enfant

Près de la moitié des personnes qui ont participé ont trouvé les bonnes réponses à toutes les questions. Parmi elles, une gagnante a été tirée au sort et informée.



Stillförderung Schweiz
Promotion allaitement maternel Suisse
Promozione allattamento al seno Svizzera



