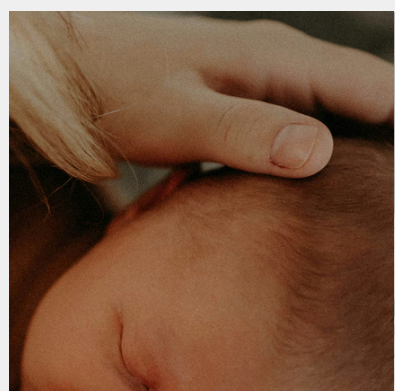
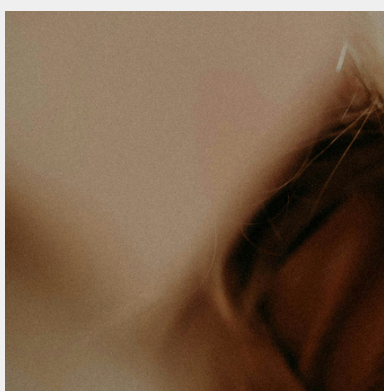
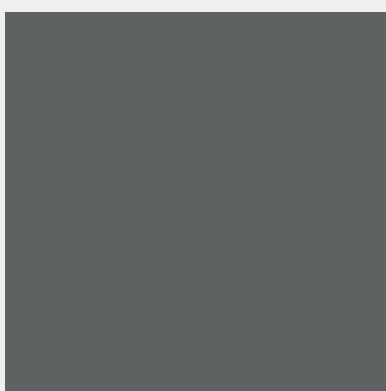
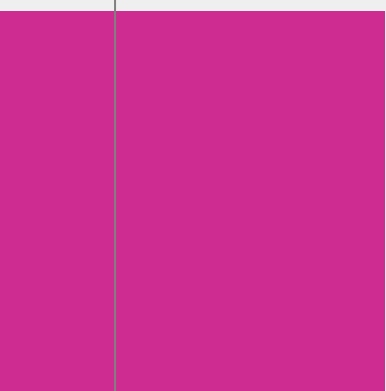
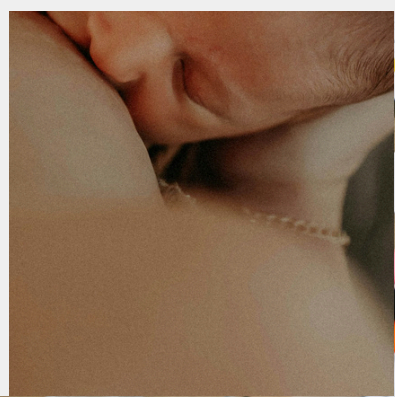
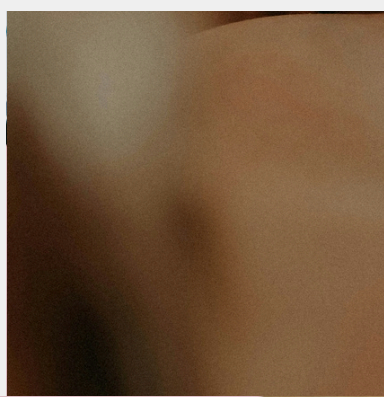


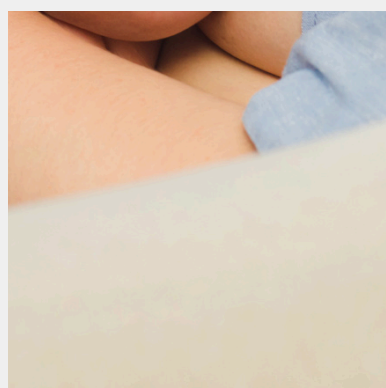
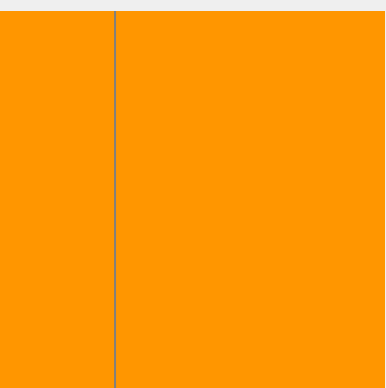
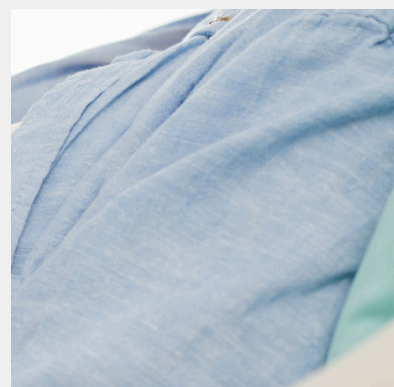
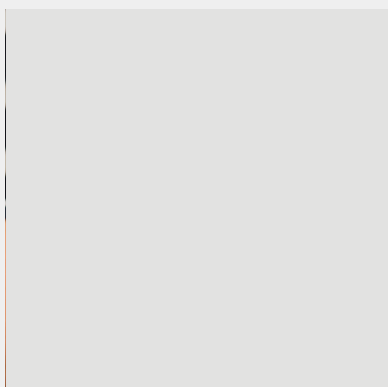
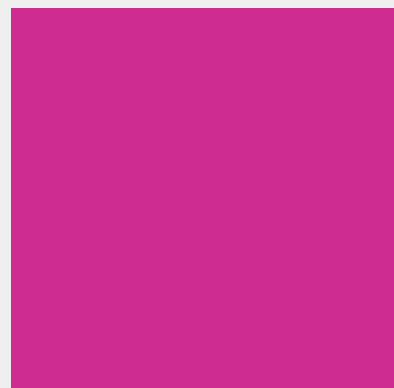
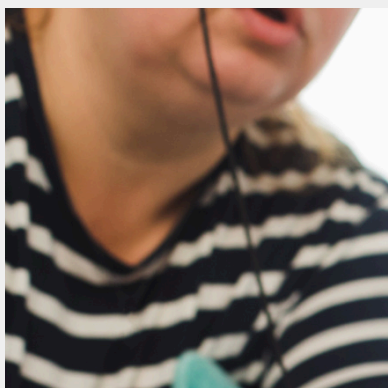
RAPPORT D'ACTIVITÉS



Soutien
Information
Éducation

La référence en allaitement
ALLAITEMENT.CA





Chers membres, partenaires et ami.es de l'allaitement,

Nous sommes heureuses de vous présenter le rapport d'activités de la Ligue La Leche pour l'année 2023-2024. Cette année, nous avons concentré nos efforts sur l'amélioration de l'efficacité de la communication avec nos membres, bénévoles et au sein de notre équipe. Nous avons également travaillé à l'organisation de notre bureau, à la mise à jour et à la bonification de notre processus d'accréditation dans le but d'augmenter le nombre de monitrices. Enfin, nous avons poursuivi nos initiatives pour accroître notre visibilité et développer de nouveaux outils pour soutenir les mères, les familles et les professionnels de la santé.

Grâce à l'engagement de notre équipe, des monitrices et au soutien de nos partenaires, nous avons réalisé des progrès significatifs. Nous vous invitons à découvrir nos réalisations dans ce rapport et à partager notre fierté.

Merci à tous pour votre soutien et votre engagement continu.
Bonne LLLecture !

SOMMAIRE

À propos	4
La mission de la Ligue La Leche	
Fondements et valeurs	5
La philosophie LLL	6
Notre histoire	7
Mot du conseil d'administration	8
Mot de la Directrice Générale	9
Mot de l'Adjointe Administrative	10
Structure de l'organisme	11-12
Nos services	13-18
Régions desservies	
Les monitrices	
Statistiques sur le monitorat	
Parcours d'accréditation hebdomadaire	
Membres de l'organisme	
Vie associative et démocratique	19-22
Visibilité et partenariats	
Nouveau logo	
Liens internationaux	
Activités et réalisations	23-30
La Voie Lactée	
Édition de livre	
Réseaux sociaux	
Site internet	
Nouvelles ressources	
Vidéo promotionnelle	
Objectifs 2024-2025	31
Remerciement	32

INDEX DES SIGLES

A-DAM

Adjointes au département d'accréditation des monitrices

ALPS

Agentes de liaison auprès des professionnels de la santé

AGA

Assemblée générale annuelle

CA

Conseil d'administration

C-ALPS

Coordonnatrice des agentes de liaison auprès des professionnels de la santé

CD

Conseillère de district

C-DAM

Coordonnatrice du département d'accréditation des monitrices

CPB

Coordonnatrice du personnel bénévole et des événements

DALPS

Département des agentes de liaison auprès des professionnels de la santé

DAM

Département d'accréditation des monitrices

DG

Directrice Générale

LLLI

La Leche League International

LVL

La Voie Lactée

À PROPOS DE LA LLL

À des fins de clarté rédactionnelle et étant donné que la Ligue La Leche est une organisation essentiellement féminine, le féminin inclut le masculin et le singulier le pluriel lorsque le cas s'applique.

LA MISSION

La mission de la Ligue La Leche consiste à aider les mères à allaiter leur bébé : par un soutien de mère à mère, en donnant de l'encouragement, de l'information, de l'éducation et en faisant la promotion d'une meilleure compréhension de l'allaitement comme étant un élément important d'un développement sain du bébé et de la mère.

La Ligue La Leche offre ses services gratuitement aux mères et aux familles de la francophonie canadienne.



Ligue
La Leche
La référence en allaitement

FONDEMENTS ET VALEURS

QUI SOMMES-NOUS ?

La **Ligue La Leche** est une organisation à but non lucratif enregistrée qui offre un soutien entre mères/parents pour les femmes enceintes, les nouveaux parents et au-delà. Nous avons allaité et guidé nos enfants avec amour, et nous nous **portons volontaires pour aider les autres à atteindre leurs objectifs d'allaitement.**

La connexion et le respect sont au cœur de notre action, et nous nous efforçons de nous assurer que toutes les familles sont accueillies et reflétées dans tous les aspects de la Ligue La Leche, y compris au sein de nos monitrices bénévoles. Nous croyons que personne ne connaît mieux le bébé que ses parents, et que **tout le monde mérite le bon cercle de soutien pour allaiter et élever ses enfants.**

CE QUE NOUS FAISONS

En personne, par téléphone, en ligne et lors de réunions mensuelles, les monitrices seront là pour **soutenir les mères et les parents** en fournissant **des informations** autour de l'allaitement, du maternage et de la parentalité **fondées sur des faits scientifiques.** Nous vivons et élevons nos enfants dans les communautés que nous servons, et **nous adaptons les programmes aux besoins de chaque communauté.**

Notre objectif de **soutenir les parents dans l'allaitement et l'éducation d'enfants heureux et en bonne santé** au Québec et dans la francophonie canadienne est partagé par le système de santé. La Ligue La Leche contribue à cet objectif commun en **établissant des liens, en partageant des ressources et en proposant des programmes éducatifs,** tels que nos symposium pour les professionnels de la santé, à travers le Canada.

Il n'y a **aucun coût** pour recevoir le soutien d'une monitrice et toutes les réunions mensuelles, qu'elles soient en personne ou virtuelle, sont gratuites.

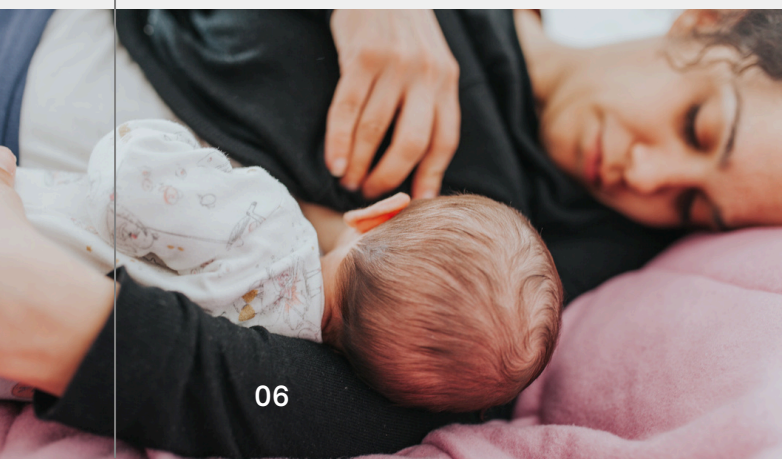
Nous considérons comme un honneur de soutenir les mères et les familles tout au long des premiers jours, semaines, mois, voire années de l'allaitement.



LA PHILOSOPHIE LLL

La Ligue La Leche est une affiliée de La Leche League International. Nous partageons un objectif et une philosophie communs. La philosophie de base de La Leche League est exprimée dans l'ouvrage *L'art de l'allaitement maternel* et se résume dans les concepts suivants :

1. Le maternage par l'allaitement est le moyen le plus naturel et le plus efficace de comprendre et de satisfaire les besoins du bébé.
2. Le lait humain est l'aliment naturel des bébés, répondant de manière unique à leurs besoins changeants.
3. La participation active et vigilante de la mère à l'accouchement est une aide pour bien démarrer l'allaitement.
4. La mère et le bébé ont besoin d'être ensemble tôt et souvent pour établir une relation d'allaitement satisfaisante et une production de lait fiable.
5. L'allaitement est renforcé par le soutien affectueux du père du bébé, d'un coparent, d'un partenaire et/ou des membres de la famille proche qui apprécie la relation d'allaitement.
6. Dans les premières années, le bébé a un besoin intense d'être avec sa mère qui est aussi fondamental que son besoin de nourriture.
7. Pour le bébé né à terme en bonne santé, le lait humain est le seul aliment nécessaire jusqu'à ce que le bébé montre des signes qu'il est prêt pour les aliments complémentaires, vers le milieu de la première année après la naissance.
8. Une bonne nutrition équilibrée signifie manger une variété d'aliments aussi proches que possible de leur état naturel.
9. Idéalement, la relation d'allaitement se poursuivra jusqu'à ce que l'enfant n'en ait plus besoin.
10. Dès la petite enfance, les enfants ont besoin d'un accompagnement affectueux qui reflète l'acceptation de leurs capacités et la sensibilité à leurs sentiments.



NOTRE HISTOIRE

La **Ligue La Leche** fait partie d'une organisation mondiale, **La Leche League International**. LLL soutient les familles de la francophonie canadienne depuis plus de soixante ans. Le nom « **La Leche** » (*prononcé La Lay-chay*) signifie « **le lait** » en espagnol, et a été adopté en partie parce que le mot « allaitement maternel » n'était pas acceptable à l'époque. La Leche League International (LLLI) a été créée en 1956 par un petit groupe de sept mères dans l'Illinois, à une époque où peu de femmes allaient. Elles pensaient que les mamans ayant de l'expérience en allaitement pourraient offrir aux nouvelles mères le soutien pratique et basé sur des preuves dont elles avaient besoin. Dès le début, elles ont collaboré avec des experts médicaux pour garantir la fiabilité des informations partagées. La Leche League International n'aura mis que quatre ans pour migrer des rives du lac Michigan aux États-Unis, à celles de la rivière Saguenay. C'est à Jonquière que deux mères, Martha Larouche et Barbara Pitre, animées du désir de créer une ressource efficace afin de venir en aide aux femmes qui allaitent, ont mis sur pied le premier groupe hors des États-Unis et le premier groupe francophone. Peu de temps après, la Ligue La Leche était née. Par la suite, de nombreux groupes ont vu le jour un peu partout au Québec.

1er groupe LLL
à Montréal

1967 ↓

1er
symposium
annuel

1987 →

54e assemblée
mondiale de la
santé

2001 ↓

La LLL sur
Instagram

2020

1er congrès
annuel

1980 →

La LLL est
incorporée

1982 ↑

La LLL sur
Facebook

2008 →

Nouvelle image
et nouveau site
web

2019



MOT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Profitant d'un été radieux au Québec, nous clôturons notre année avec l'AGA, rappelant l'importance de la solidarité. Les moments de chaleur et de lumière nous rappellent l'importance de cette solidarité et le soutien mutuel nous nourrissent, tout comme le soleil nourrit et réchauffe notre planète. À l'instar du soleil, les bénévoles de la LLL apportent une lumière indispensable à notre communauté, leur dévouement et leur engagement étant des éléments clés qui aident les mères, les familles et les bébés à s'épanouir.

Cette année, la LLL a travaillé ardemment pour atteindre trois objectifs principaux : stimuler l'engagement des forces vives, augmenter le recrutement des monitrices, et continuer d'accroître la visibilité de notre organisme auprès des mères, des familles et des professionnels de la santé.

Pour stimuler l'engagement des bénévoles, nous avons organisé une initiative visant à renforcer les liens et à reconnaître leur dévouement : la Matinée LLLactée animée par Claude Didierjean-Jouveau sur le sommeil des bébés allaités, suivie d'un repas convivial. Cette initiative a non seulement enrichi les connaissances des participantes, mais a également renforcé le sentiment d'appartenance et de communauté parmi nos monitrices bénévoles.

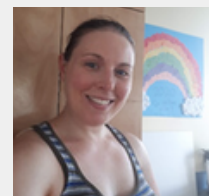
Afin d'augmenter le recrutement des monitrices, nous avons échangé avec d'autres entités de la Ligue La Leche pour identifier les meilleures pratiques en matière de formation. Cela nous a conduit à développer une formation intensive et virtuelle de 10 semaines, destinée à maintenir la motivation et à attirer de nouvelles monitrices engagées.

Nous avons également poursuivi nos efforts pour **accroître la visibilité de la LLL auprès des mères, des familles et des professionnels de la santé**. Notre participation au Salon Maternité, Paternité & Enfants (SMPE) du 4 au 6 avril a été un grand succès, tout comme notre kiosque virtuel qui reste accessible en ligne. De plus, notre symposium pour les professionnels de la santé, également animé par Claude Didierjean-Jouveau, ainsi que la matinée LLLactée ont permis de renforcer nos liens avec divers acteurs clés et de sensibiliser davantage de parents et de professionnels. Notre participation à divers comités internationaux a également amplifié notre rayonnement.

Pour l'année à venir, le Conseil d'Administration se fixe comme mandat de continuer à stimuler l'engagement des monitrices, en offrant encore plus de soutien, de possibilités de réseautage et de reconnaissance. **Ensemble, nous bâtissons une communauté encore plus forte, prête à soutenir les mères, les familles et les professionnels de la santé.**



Christelle Adam
Présidente



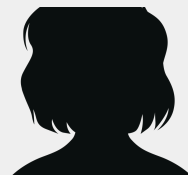
Jeanne Caron
Vice-Présidente



Evelyne D.-Dumas
Trésorière



Marie-Pierre Gervais
Secrétaire



Linda Franklin
Administratrice

MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

À chaque rapport d'activités, je suis surprise du nombre de mères que nous avons soutenues. Je suis surprise de constater que nous répétons la même chose depuis près de 65 ans ! Une partie de moi se demande si cela reste pertinent... puis je me souviens !

En presque 65 ans, nous avons tellement fait la différence ! Au début de la LLL, allaiter était marginal, le soutien n'existait pas, nous avons inventé le concept de soutien de mère à mère ! Que d'efforts, de défis et de joie ces femmes pionnières ont déployé pour que nous en profitions !

Depuis plus de 20 ans, j'accompagne des parents dans cette nouvelle aventure d'allaitement, et parfois, je me répète, oubliant que j'ai peut-être donné ce même conseil à sa mère ! Chaque aventure est une première, chaque parent soutenu, chaque rencontre avec bébé, chaque rencontre avec une monitrice est une expérience unique et qui mérite d'être soulignée, soutenue et surtout célébrée.

Merci à vous monitrices de votre contribution à ce mode de vie, merci parents de votre confiance et de votre soutien à notre cause, merci à tous et toutes, quelque soit votre apport à notre cause, merci d'être là.



Sandrine Jeanjean

Directrice Générale

MOT DE L'ADJOINTE ADMINISTRATIVE

En étant l'adjointe administrative à la Ligue La Leche, j'ai le plaisir de contribuer à cet organisme essentiel pour le soutien à l'allaitement. Que ce soit auprès des monitrices, des parents ou des membres, il me fait toujours plaisir d'assurer les suivis nécessaires.

Dans la dernière année, j'ai aussi eu l'occasion de coordonner les éditions de La Voie Lactée; c'est particulièrement intéressant, puisque c'est un moyen privilégié de s'adresser directement aux familles et aux personnes dans le domaine du soutien à l'allaitement.

Je profite de l'occasion pour inviter toute personne intéressée à collaborer à une Voie Lactée à me contacter, j'aimerais beaucoup recréer un comité de travail plus large pour notre publication !



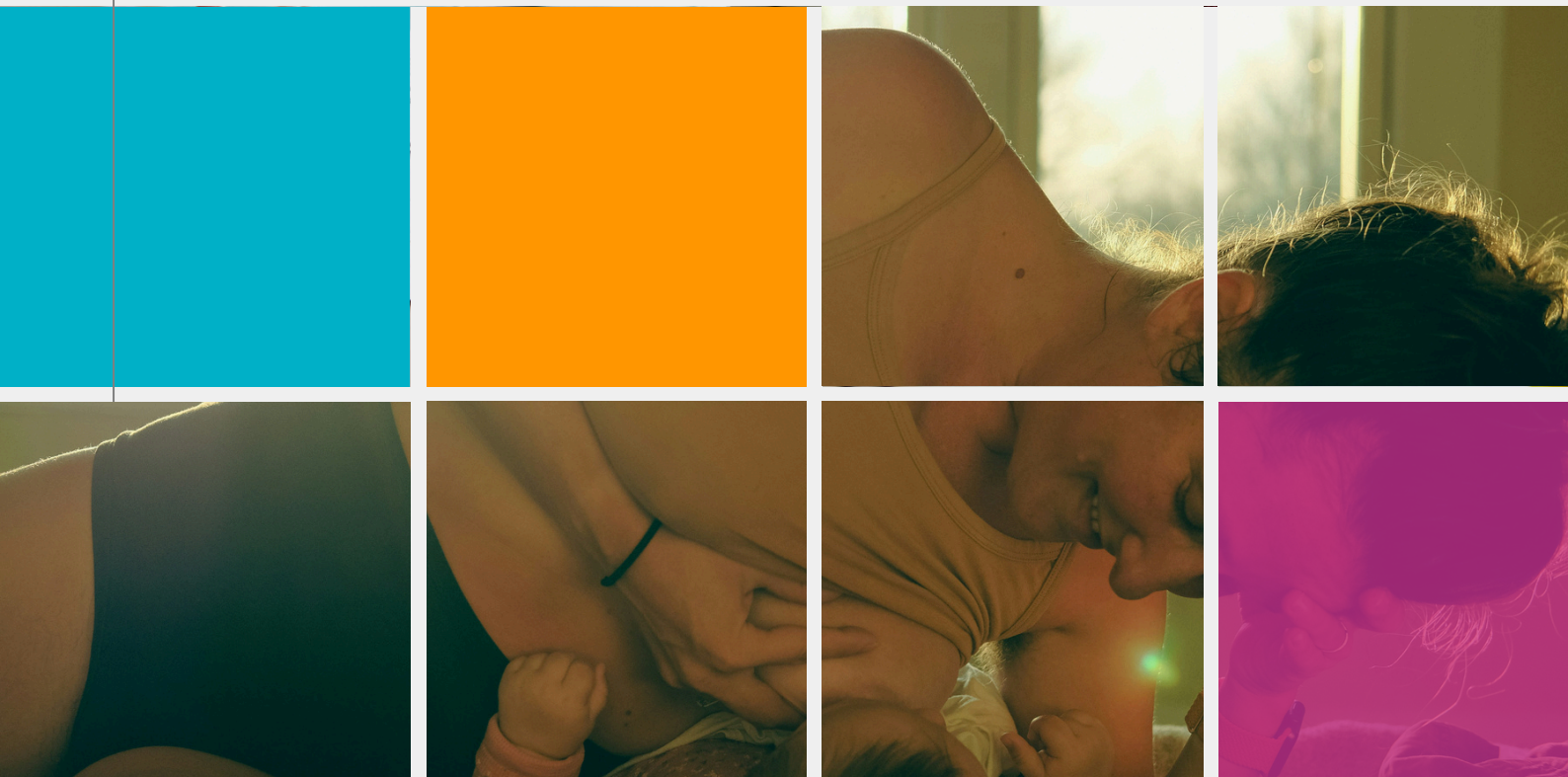
Annie Bousquet

Adjointe administrative et
rédactrice de La Voie Lactée

STRUCTURE DE L'ORGANISME

Structure interne de l'organisme	Description
Postes bénévoles	
Conseillères de district (CD)	Assurent le bon fonctionnement des groupes et de la formation continue des monitrices à l'intérieur de leur région respective.
Coordonnatrice et Agentes de liaison auprès des professionnels de la santé (C-ALPS et ALPS)	Assurent le bon fonctionnement des groupes et de la formation continue des monitrices à l'intérieur de leur région respective.
Administratrice, Coordonnatrice et Adjointes au département d'accréditation des monitrices (ALA, C-DAM et A-DAM)	S'occupent de la formation et du suivi des stagiaires (futures monitrices).
Responsable du comité de lecture	Gère le comité chargé de la révision et de la validation des documents.
Responsable du service téléphonique	Supervise le service de soutien téléphonique.
Responsable(s) de la boîte courriel, du site internet et des réseaux sociaux	Administre les communications numériques de l'organisme.
Éditrice de La Voie Lactée (LVL)	Responsable de la publication de La Voie Lactée.
Administratrices au conseil d'administration	Participent à la gestion administrative de l'organisme.
Mentor au département des compétences en communication	Forme les monitrices en communication et relation d'aide.

Structure interne de l'organisme	Description
Départements	
Département d'accréditation des monitrices (DAM)	S'occupe de la formation et du suivi des stagiaires.
Districts	Régions géographiques regroupant les groupes d'aide en allaitement et maternage.
Département des agents de liaison auprès des professionnels de la santé (DALPS)	Traite des questions scientifiques en allaitement pour les monitrices et les professionnels de la santé.
Département des compétences en communication	Forme les monitrices en communication et relation d'aide.



NOS SERVICES

La Ligue La Leche joue un rôle actif dans la promotion de politiques favorables à l'allaitement au niveau local, national et international. Nos services visent à soutenir les mères et les familles dans leur parcours d'allaitement, en leur fournissant les informations, le soutien et les ressources nécessaires pour réussir.

Soutien téléphonique et en ligne

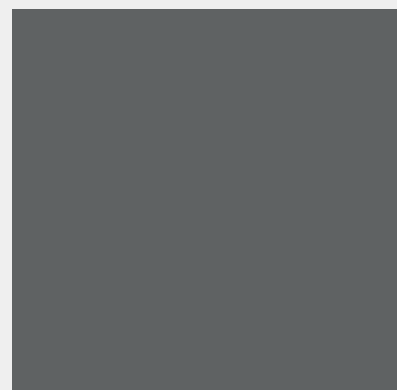
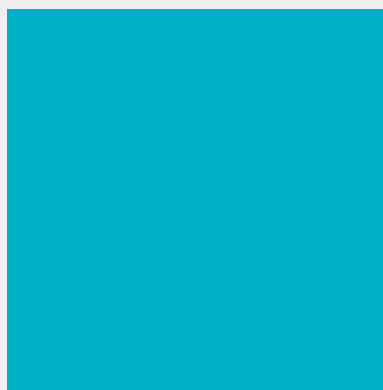
Les monitrices de la Ligue La Leche offrent un soutien, une écoute attentive et des informations complètes et précises sept jours sur sept, de 9 h à 21 h, via le numéro sans frais 1 866 ALLAITE ou par le biais des coordonnées disponibles sur le site internet. Elles répondent également aux questions par courriel, sur Messenger via notre page Facebook, et sur l'application WhatsApp.

Information et éducation en matière d'allaitement

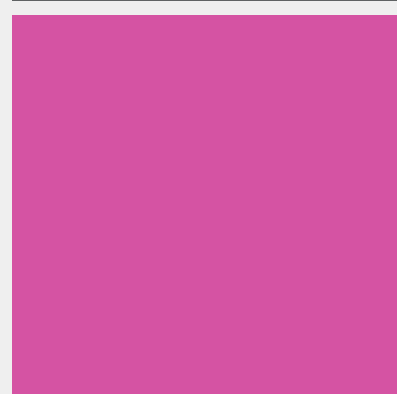
La Ligue La Leche offre une variété de ressources imprimées et en ligne, telles que des livres, des brochures, des articles et des vidéos, des publications Facebook et Instagram, des réunions ainsi que des formations pour aider les mères, les familles et les professionnels de la santé à obtenir les informations fiables et basées sur des données probantes.

Vente, prêt et location de tire-lait

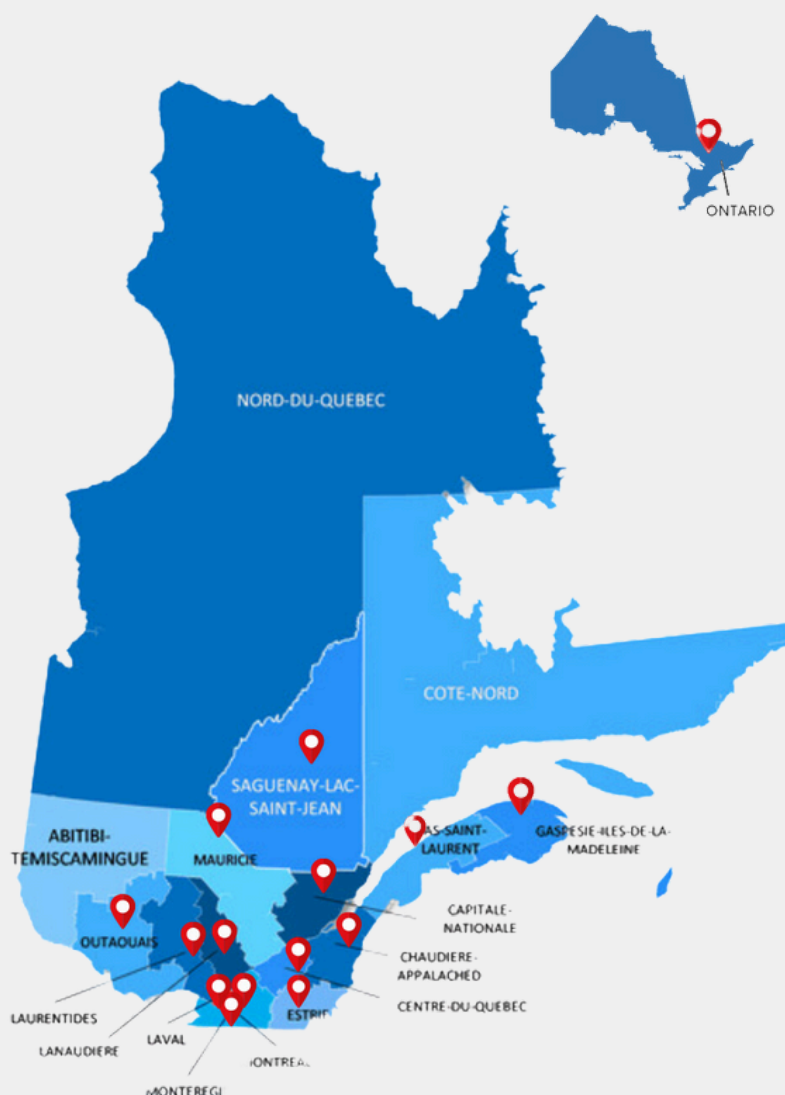
Cette initiative vise à fournir une solution pratique et temporaire aux mères nécessitant un tire-lait pour diverses raisons, telles que le retour au travail, les séparations temporaires d'avec leur bébé, ou les défis ponctuels rencontrés dans leur allaitement. Ce service contribue ainsi à renforcer l'accessibilité et la flexibilité de l'allaitement, en offrant une assistance pratique là où elle est nécessaire.



RÉGIONS DESSERVIES



Hors Québec



13

Régions
desservies

42

monitrices

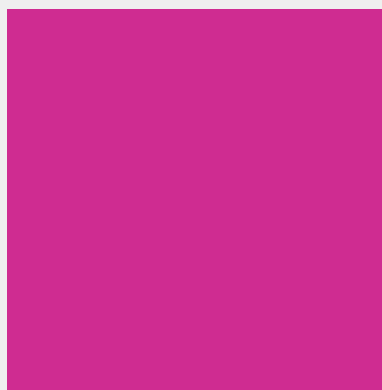




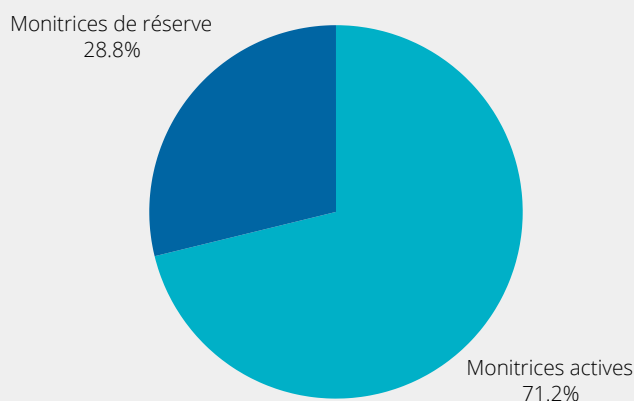
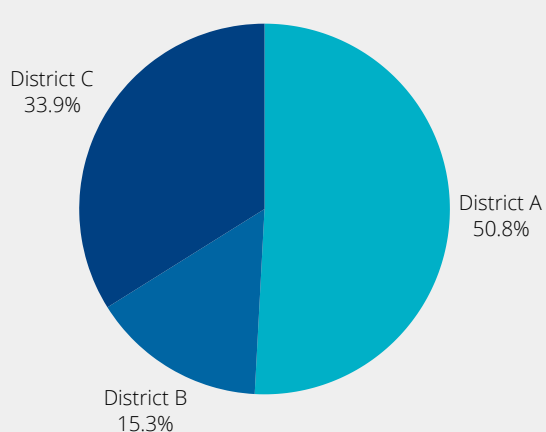
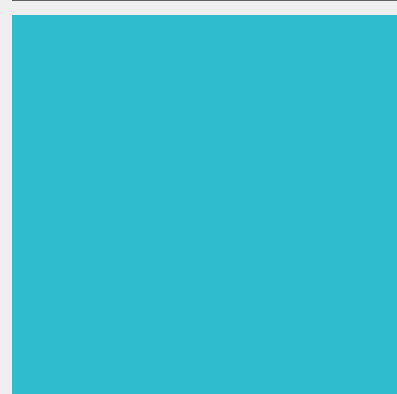
LES MONITRICES

Les monitrices, au-delà de leurs tâches essentielles auprès des mères et des familles, assurent également le bon fonctionnement de notre organisme. Leur dévouement constitue la force vive de la Ligue La Leche. Grâce à elles, nous sommes en mesure d'offrir un soutien et un accompagnement précieux aux mères et aux familles qui accueillent un nouveau bébé.

À travers le monde, les monitrices sont des femmes expérimentées en allaitement, ayant nourri un ou plusieurs enfants, et ayant suivi une formation approfondie d'une centaine d'heures pour devenir monitrice. Cette formation complète inclut des modules sur l'animation de groupe, le soutien téléphonique et l'écoute active. De plus, nos monitrices bénéficient d'une formation continue, enrichissant sans cesse leurs compétences tout au long de leur parcours.



STATISTIQUES SUR LE MONITORAT



1

Nouvelle monitrice accéditée en 2023-2024

42

Monitrices actives

17

Monitrices de réserve



NOUVEAU PARCOURS HEBDOMADAIRE D'ACCRÉDITATION

Monitrice LLL en 10 semaines

Le département d'accréditation des monitrices a travaillé afin de revamper le processus d'accréditation. Le notre nouveau programme est inspiré par La Leche League Canada (LLLC) : **Processus Hebdomadaire d'Accréditation : Monitrice LLL en 10 Semaines.**

Ce programme virtuel innovant vise à dynamiser les rencontres, maximiser les échanges entre les stagiaires et les monitrices, et créer un sentiment d'engagement fort dès le début du parcours. Grâce à un format hebdomadaire interactif, les participantes bénéficieront d'un soutien continu et d'une immersion complète dans l'esprit de notre communauté, les préparant efficacement à leur future mission de monitrice.

Tout en étant aussi complète qu'auparavant, ce parcours d'accréditation est désormais plus vivant, pertinent et énergique, afin de maintenir l'intérêt des stagiaires et de former des cohortes prêtes à s'engager rapidement et efficacement au sein de l'organisme.



MEMBRES DE L'ORGANISME

Notre organisation regroupe trois catégories de membres : les membres amis, les membres professionnels et les membres groupes.

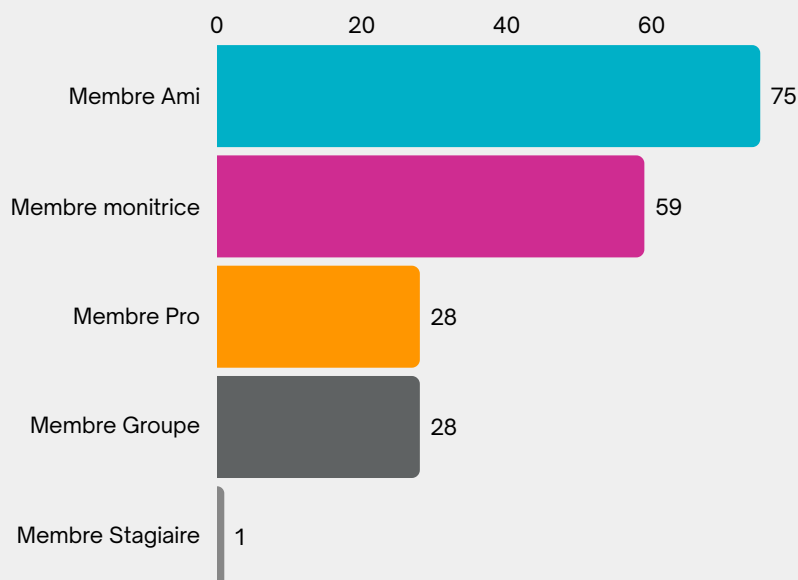
Membre Ami : Un membre ami a bénéficié de nos services ou souhaite soutenir notre organisation.

Membre Professionnel : Un membre professionnel est un expert en périnatalité qui soutient un groupe de soutien à l'allaitement.

Membre Groupe : Un membre groupe est une organisation de périnatalité (CLSC, maison de naissance, groupe d'entraide en allaitement, relevailles, maison de la famille, etc.) soutenant un groupe de soutien à l'allaitement reconnu mondialement.

Avantages des Membres

- **Publication La voie Lactée** : Trois fois par an en PDF.
- **Accès Membre** : Accès privilégié sur notre site Internet.
- **Revue Les dossiers de l'allaitement** : Accès mensuel à cette revue.
- **Symposium** : Tarif préférentiel pour notre symposium annuel en novembre.



VIE ASSOCIATIVE ET DÉMOCRATIQUE

La Ligue La Leche est un organisme démocratique fonctionnant avec un conseil d'administration élu en assemblée générale annuelle.

En juin 2023, une assemblée générale annuelle virtuelle s'est tenue le samedi 10 juin. Monitrices et employées y ont participé.

Au cours de l'année 2023-2024, le conseil d'administration a tenu quatre réunions avec la participation de ses membres et de ses employées. De plus, des communications régulières par courriel ont été mises en place de la part du bureau, tant pour les monitrices que pour les membres de l'organisme, afin de renforcer les échanges et la cohésion.

Après la Matinée LLLactée du 18 novembre, un dîner a été offert aux monitrices pour les remercier de leur engagement et pour briser leur isolement. Ces rencontres en présentiel, ainsi que d'autres initiatives similaires, favorisent les échanges et le partage, contribuant à créer un environnement plus dynamique et solidaire au sein de notre organisation.



Ligue
La Leche

La référence en allaitement

ALLAITEMENT.CA

VISIBILITÉ ET PARTENARIATS

Participation aux activités de représentation incluant le MAQ et ses divers comités, les tables de concertation régionales sur l'allaitement, ainsi que les regroupements régionaux comme ceux de la Montérégie et du RAM. Établissement de réseaux avec les CIUSSS de la région de Montréal et les CISSS à travers le Québec.



Partenariats avec des entreprises québécoises au niveau de la vente de nos publications (librairies, etc.).



Participation régulière de la Ligue La Leche et/ou de ses groupes aux divers regroupements d'action en allaitement maternel tels que les comités d'allaitement locaux et régionaux, dont celui de Montréal (CRAM), celui de Québec et celui du Saguenay-Lac-St-Jean.



Communication avec La Leche League International, les autres affiliés et diverses entités LLL dans le monde.

Représentation au sein du comité Global Leaders Committee qui regroupe des représentantes de toutes les entités qui sont directement liées à La Leche League International. Participation au comité WAB.



Représentation au sein du réseau DCE (Direct Connected Entities) qui regroupe les Areas Networks et les entités affiliées qui se connectent directement à La Leche League International, au Bylaws ainsi qu'au DCE review panel. Le DAM a également été représenté à l'international.

NOUVEAU LOGO

Dans le cadre de notre engagement à respecter les directives de marque de la LLLI tout en ajoutant une touche distinctive à notre identité visuelle, nous avons collaboré avec une graphiste pour actualiser et embellir notre logo, initialement révisé en 2019. Cette démarche vise à renforcer notre reconnaissance sur les réseaux sociaux en adoptant un symbole distinctif au Québec, nous permettant ainsi de nous démarquer de nos collègues françaises, entre autres.

De plus, nous avons élaboré un *brandbook* détaillant l'utilisation de ce nouveau logo ainsi que de notre slogan emblématique : "**La référence en allaitement**". Ces initiatives garantissent une cohérence visuelle accrue et renforcent notre positionnement en tant que leader dans le domaine de l'allaitement.



LIENS INTERNATIONNAUX

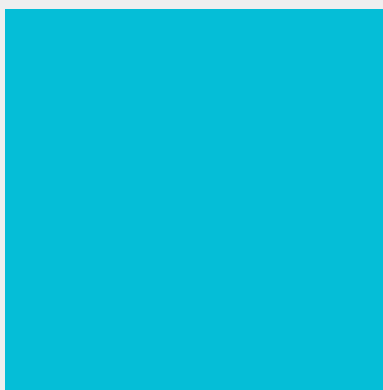
Nous sommes ravies d'annoncer la signature de notre nouveau contrat d'affiliation avec **La Leche League International (LLLI)**, une étape importante qui non seulement **réaffirme**, mais également **renforce** notre partenariat de longue date avec LLLI. Cet accord **officialise et consolide nos liens avec LLLI**, mettant en avant notre engagement commun à **promouvoir l'allaitement, soutenir les familles et défendre une parentalité informée à travers le monde**. En nous alignant avec LLLI, nous visons à **renforcer davantage la portée et l'impact de notre organisation tout en maintenant la cohérence de la marque pour LLL** ainsi qu'en formalisant les relations.



ACTIVITÉS ET RÉALISATIONS

Événements publics	Ressources	Soutien aux mères et familles
Symposium annuel pour les professionnels de la santé le 16 novembre 2023	3 éditions de la revue La Voie Lactée	25 réunions en présentiel et 12 réunions virtuelles
Matinée LLLactée du 18 novembre 2023 pour les parents et les monitrices	Traduction, révision et préparation de la mise en page d'un nouveau livre de J.J McKenna	Participation au projet La route du lait en Montérégie
Kiosque virtuel en ligne sur le site du SMPE	Articles et ressources en ligne sur notre site internet	30 prêts de tire-lait dont une quinzaine gratuits pour les familles en situation précaire
Présence au SMPE du 4 au 6 avril 2024	Environ 320 publications, visuels et reels sur les médias sociaux	5 475 appels sur le 1 866 ALLAITE et plus de 1300 messages et courriels





LA VOIE LACTÉE

La Voie Lactée est une publication exclusive destinée aux membres de la Ligue La Leche. Elle offre une plateforme de diffusion d'informations techniques sur l'allaitement et la parentalité, ainsi que des témoignages, des réflexions et des pensées sur divers sujets connexes.



3

Revue en
2023-2024

Allaiter, une nouveauté
ancestrale

Allaiter en public, une
évidence

Spécial réconfort

ÉDITION DE LIVRE

Au cours de l'année 2023-2024, la Ligue La Leche a travaillé sur la traduction et l'édition du livre de James J. McKenna, "Safe Infant Sleep: Experts Answers to Your Cosleeping Questions", publié en 2020 et largement acclamé.

Ce guide fournit aux parents des preuves solides pour des pratiques de sommeil sécurisées, en soulignant les meilleures pratiques et les conditions spécifiques à respecter. Avec une liste de contrôle en 10 points pour la sécurité des nourrissons et 11 points à éviter, il recommande par exemple le co-dodo uniquement pour les parents sobres, qui allaitent exclusivement et n'ont pas d'autres enfants dans le lit.

Ce projet est presque terminé et cette ressource précieuse sera bientôt disponible en français.



RÉSEAUX SOCIAUX



@liguelaleche

Augmentation de 4 174 followers

Followers de la Page Facebook ⓘ

43 610



Followers Facebook ⓘ

47 784



@ligue_la_leche

Augmentation de 5 788 followers

Followers Instagram ⓘ

13 533



Followers Instagram ⓘ

19 321



Soutien via Messenger

Messages

Conversations par messages démarrées

127 ↑ 35,1 %

➤ Nouveaux contacts ⓘ

85 ↑ 240 %



Traffic

Visites de la Page Facebook ⓘ

70,3 K ↑ 30 %

Visites du profil Instagram ⓘ

26,6 K ↑ 41,4 %

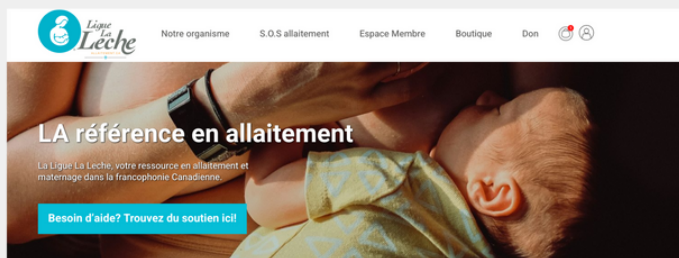
320 publications, stories et reels

3 M couverture sur le contenu



SITE INTERNET

allaitement.ca

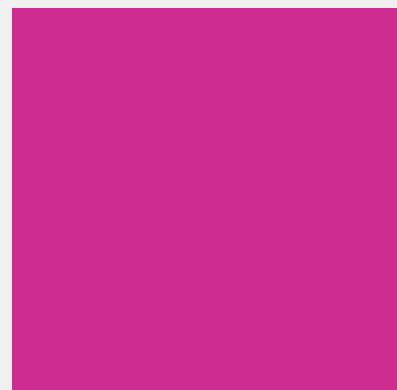
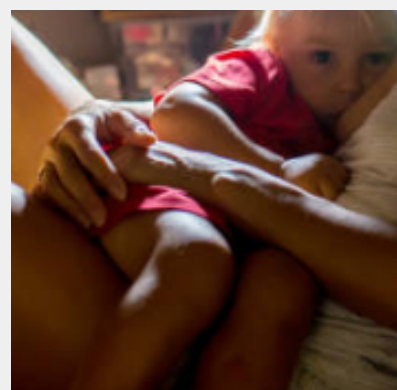
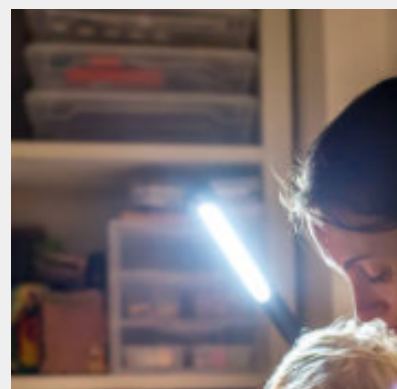


Explosion du trafic sur le site web pour 2023-2024



215 455

Visiteurs



NOUVELLES RESSOURCES

Au cours de la période 2023-2024, une pléthore d'articles informatifs et rigoureusement documentés ont été élaborés et publiés sur notre plateforme en ligne.

Ces publications abordent une diversité de sujets cruciaux liés à la parentalité, l'allaitement et à la santé infantile, notamment **le développement bucco-dentaire et la prévention des caries chez les nourrissons allaités, les pratiques optimales de sevrage, les considérations relatives à la garde des enfants et à la coparentalité en lien avec l'allaitement**, ainsi que des questions plus spécifiques telles que **l'allaitement durant la grossesse, le sommeil et l'allaitement, le diabète et son incidence sur l'allaitement, les PCN et le lait humain, ainsi que le jeûne pendant l'allaitement**.

Ces articles, exhaustifs et étayés par des sources crédibles et vérifiées, ont attiré l'attention d'un large public, accumulant des milliers de consultations depuis leur mise en ligne, illustrant ainsi leur pertinence et leur valeur pour les parents et les professionnels de la santé.

Ces articles de référence sont aisément accessibles dans la section dédiée "**Nos articles sur l'allaitement**", située sous l'onglet "**S.O.S Allaitement**".

8 nouveaux articles
informatifs



VIDÉO PROMOTIONNELLE

Dans le cadre de sa participation au **Salon Maternité, Paternité, Enfants (SMPE)** qui s'est déroulé du **4 au 6 avril dernier**, la Ligue La Leche a élaboré une vidéo promotionnelle captivante, visant à présenter de manière exhaustive les divers services et ressources offerts par l'organisme.

Cette vidéo, soigneusement conçue, a été spécifiquement adaptée pour le kiosque virtuel de l'événement, accessible en ligne via le lien suivant : <https://smpe.ca/exposant/ligue-la-leche/>.

En mettant en lumière l'engagement de la Ligue La Leche envers le soutien à l'allaitement et à la parentalité, cette présentation audiovisuelle professionnelle a permis de sensibiliser efficacement le public aux initiatives et aux activités de l'organisme, renforçant ainsi sa visibilité et son impact au sein de la communauté des parents et des professionnels de la santé.



OBJECTIFS 2024-2025



La vision de la Ligue La Leche est de mettre tout en action afin de démontrer par ses projets, ses publications et sa présence active et accrue qu'elle est **LA référence en allaitement** sur la scène Québécoise et dans la francophonie Canadienne, ainsi qu'un atout majeur à l'essor de la culture d'allaitement.

1

Augmenter le nombre de bénévoles : Nous visons à accroître notre équipe de monitrices en adoptant les meilleures pratiques observées dans d'autres entités de La Leche League (LLL). Cette initiative permettra de renforcer notre capacité à soutenir les mères et les familles dans leur parcours d'allaitement.

2

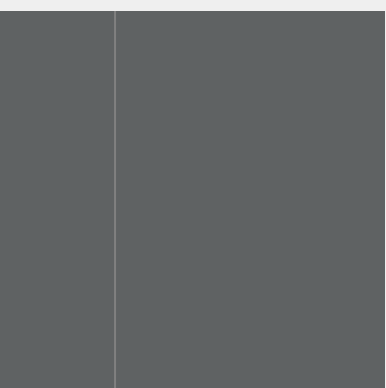
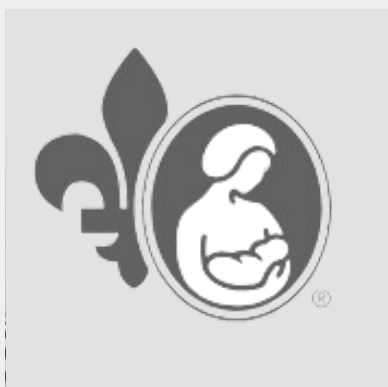
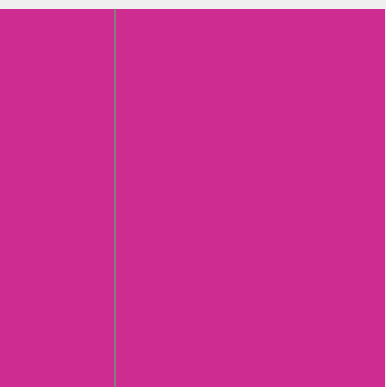
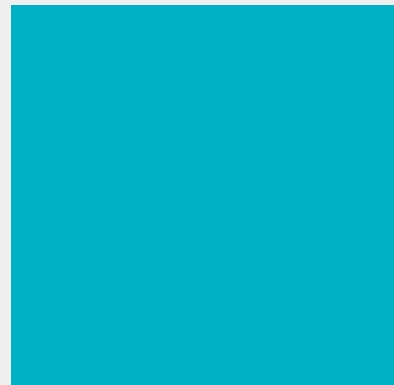
Renforcer l'engagement des bénévoles : Nous nous engageons à stimuler la participation et l'engagement de nos monitrices actuelles et futures en leur offrant davantage de soutien, de possibilités de réseautage, et des reconnaissances pour leurs contributions. Ces efforts sont destinés à renforcer leur sentiment d'appartenance, d'engagement et d'accomplissement au sein de notre organisme.

3

Accroître la visibilité de LLL : Nous continuerons à augmenter la notoriété de la Ligue La Leche auprès des mères, des familles et des professionnels de la santé. Cela inclut l'organisation d'événements avec des invités de renom, la production de publications destinées au grand public, des articles sur notre site web, ainsi que le renforcement des liens avec divers regroupements, les professionnels de la santé et les instances gouvernementales.

La référence en allaitement







MERCI

Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude à tous ceux et celles qui contribuent à la mission de la Ligue La Leche. Ensemble, nous faisons progresser la cause de l'allaitement et assurons que chaque famille reçoive les ressources dont elle a besoin.

Grâce à vous tous, la Ligue La Leche peut continuer à accomplir sa mission. Votre dévouement fait une réelle différence dans la vie des familles québécoises et canadiennes.

 1 866 ALLAITE ou bureau administratif au (514) 990-8917

 CP64 014, L'Ancienne-Lorette, QC G2E 6B1

 allaitement.ca