

## Des lieux pensés pour vous et bébé

### La Route du Lait

<https://nourrisourcemontréal.org/fr/route-lait>



### Mouvement Allaitement du Québec (MAQ)

<https://mouvementallaitement.org/ressources/quebec/>



### CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

#### Hôpital Maisonneuve-Rosemont

5415, boul. de l'Assomption  
Montréal (Québec) H1T 2M4

☎ 514 252-3400

🌐 <https://ciusss-estmtl.gouv.qc.ca>

D'autres publications et ressources d'intérêt sur la santé sont disponibles sur le site Internet du Centre d'information pour l'utilisateur et ses proches (CIUP).

🌐 <https://biblio-hmr.ca/in/fr/ciup>

✉ [ciup.cemtl@ssss.gouv.qc.ca](mailto:ciup.cemtl@ssss.gouv.qc.ca)

Tous droits réservés  
© CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, 2026

CP-SFE-203

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'Île-de-Montréal

Québec



## Ressources en allaitement

Québec

# Votre bébé, votre rythme, votre allaitement

Voici les différents liens pour accéder à différentes ressources en allaitement.

## Être accompagnée en allaitement

### Ligue La Leche

1-866-255-2483 (ALLAITE)

<https://allaitement.ca/>



### Nourri-Source Montréal

514 984-5160

<https://nourri-source.org/>



### Les IBCLC

514 990-0262

<https://www.aqlactation.ca/fr/>



## Tout savoir sur l'allaitement

### La Leche League Canada

514 842-4781

<https://www.lllc.ca/>



### Clinique d'allaitement Herzl-Goldfarb

(Hôpital Général Juif)

<https://www.hgj.ca/soins-et-services/centre-de-medecine-familiale-goldman-herzl/clinique-dallaitement-herzl-goldfarb/>



Hôpital général juif  
Jewish General Hospital



### Les Relevailles de Montréal

<https://relevailles.com/>



### Santé Montréal

<https://santemontreal.qc.ca/population/conseils-et-prevention/allaitement/>



Direction régionale de santé publique de Montréal



### Fondation OLO - Section allaitement

<https://fondationolo.ca/fr/articles/?page=1&filter=2184>



### AllaitWEB

<https://www.chusj.org/fr/soins-services/A/Allaitement-AllaitWeb/AllaitWEB>



### Guide Mieux-Vivre avec notre enfant, de la grossesse à 2 ans

<https://www.inspq.qc.ca/mieux-vivre>



### Naître et grandir

[https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0\\_12\\_mois/alimentation/naitre-grandir-bebe-nourrir-allaitement/](https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/alimentation/naitre-grandir-bebe-nourrir-allaitement/)



### Capsule vidéo sur l'allaitement maternel

(cours prénatal #4),  
CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

[https://www.youtube.com/watch?v=w1\\_dgJGShUc](https://www.youtube.com/watch?v=w1_dgJGShUc)



### Global Health Media, Videos

[https://globalhealthmedia.org/video/?\\_topic=breastfeeding&\\_language=french&~1](https://globalhealthmedia.org/video/?_topic=breastfeeding&_language=french&~1)

