

NEED HELP OR SUPPORT WITH FEEDING YOUR BABY?

Get help and support early.



How? In-person, phone, virtual, online.

Who? Doctors, nurses, lactation consultants, other moms and dads, and peer support.

Where? Primary care provider (doctor, nurse, midwife), hospital follow-up clinics, local public health agency, community health centres (CHCs), La Leche League, private clinics (\$), private home visits (\$), Telehealth Ontario.

- Hospitals are a safe place. Take your baby to the emergency department if you have a possible health emergency.
- Call your doctor, nurse or midwife to book an in-person appointment.
- Call Public Health for a list of resources in your community.
- If it's not an emergency and you have questions, you can call Telehealth Ontario 24/7: 1-866-797-0000

It's okay to have questions. We're here to help.

For more information on pregnancy and newborn care, you can also visit: www.omama.com or download the OMama App: <http://bit.ly/OMamaApp>

To find infant feeding supports near you, visit www.ontariobreastfeeds.ca



CHAMPLAIN MATERNAL NEWBORN REGIONAL PROGRAM
PROGRAMME RÉGIONAL DES SOINS À LA MÈRE
ET AU NOUVEAU-NÉ DE CHAMPLAIN

VOUS AVEZ BESOIN D'AIDE OU DE SOUTIEN POUR NOURRIR VOTRE BÉBÉ?

Agissez rapidement.



Comment? En personne, au téléphone, virtuellement, en ligne.

Qui? Médecins, infirmières, consultantes en lactation, autres mamans et papas, services d'entraide.

Où? Fournisseur de soins primaires (médecin, infirmière, sage-femme), cliniques de suivi en milieu hospitalier, agence de santé publique locale, centres de santé communautaire, La Leche League, cliniques privées (\$), visites privées à domicile (\$), Télésanté Ontario.

- L'hôpital est un endroit sûr. En cas d'urgence, n'hésitez pas à amener votre bébé aux services d'urgence de l'hôpital.
- Contactez votre médecin, votre infirmière ou votre sage-femme pour prendre un rendez-vous en personne.
- Communiquez avec la santé publique pour obtenir la liste des ressources offertes dans votre région.
- Si la situation n'est pas urgente et si vous avez des questions, vous pouvez joindre Télésanté Ontario en tout temps (24/7) en composant le 1-866-797-0000.

C'est normal d'avoir des questions. Nous sommes là pour y répondre.

Pour en savoir davantage sur la grossesse et les soins au bébé, vous pouvez visiter: <https://www.omama.com/fr/index.asp> or download the OMama App: <https://www.omama.com/fr/Download-the-App.asp>

Pour trouver les services de soutien offerts dans votre région, visitez www.ontariobreastfeeds.ca



CHAMPLAIN MATERNAL NEWBORN REGIONAL PROGRAM
PROGRAMME RÉGIONAL DES SOINS À LA MÈRE
ET AU NOUVEAU-NÉ DE CHAMPLAIN