

## La philosophie de La Leche League

- Le maternage à travers l'allaitement est le moyen le plus naturel et le plus efficace de comprendre et de satisfaire les besoins du bébé.
- La mère et son bébé ont besoin d'être ensemble tôt et souvent afin d'établir une relation d'allaitement satisfaisante et une production fiable de lait.
- Pendant ses premières années, le bébé a un besoin intense de la présence de sa mère. Celui-ci est aussi fondamental que son besoin de nourriture.
- Le lait humain est l'aliment que la nature a prévu pour le bébé; il répond d'une façon unique à ses besoins changeants.
- Pour l'enfant né à terme et en bonne santé, le lait humain est la seule nourriture nécessaire jusqu'à ce qu'il manifeste, par certains signes, qu'il est prêt pour des aliments complémentaires, à peu près au milieu de la première année suivant la naissance.
- Idéalement, la relation d'allaitement se poursuivra jusqu'à ce que l'enfant n'en ait plus besoin.
- La participation consciente et active de la mère pendant l'enfance favorise un bon démarrage de l'allaitement.
- L'allaitement maternel est favorisé par le soutien affectueux de ceux qui apprécient la relation d'allaitement à sa juste valeur.
- Une bonne nutrition signifie un régime varié et bien équilibré, composé d'aliments servis dans un état aussi proche que possible de leur état naturel.
- Dès la petite enfance, les enfants ont besoin d'être guidés avec amour, ce qui implique l'acceptation de leurs capacités et la sensibilité à ce qu'ils ressentent.

## L'association La Leche League

Une mère allaitante a droit à l'information, à l'aide, à l'encouragement et au soutien en matière d'allaitement, pour qu'elle puisse nourrir son enfant de manière optimale. La Leche League a été ainsi créée pour offrir soutien, motivation et information en matière d'allaitement.

Après plus de 60 ans d'existence, l'association est aujourd'hui une organisation à but non lucratif reconnue à l'échelle mondiale comme « l'organisation ayant l'expertise la plus complète sur l'allaitement ».

La Leche League met son expérience et ses publications en plus de 30 langues à disposition des spécialistes et de toute autre personne intéressée.

### Aide de mère à mère axée sur la pratique

Les animatrices La Leche League connaissent les obstacles à l'allaitement de par leur propre expérience. Elles savent qu'un bon départ est important pour une relation d'allaitement épanouie, et que le lait maternel garde toute son importance pour la santé du bébé même au-delà des premiers mois.

Les animatrices LLL transmettent leur expérience personnelle, complétée par une formation initiale et continue régulière, aux mères et aux autres personnes intéressées. Elles aident les parents à mieux comprendre les besoins du bébé, et à vivre une relation mère-enfant gratifiante à travers l'allaitement.

À travers le monde, plus de 7200 animatrices LLL offrent cette aide lors de réunions mensuelles La Leche League. Autre option bienvenue, l'aide par téléphone et par correspondance, y compris en dehors des heures de bureau, permet de soutenir rapidement et directement les parents et les autres personnes intéressées, en leur donnant des informations axées sur la pratique.



LA LECHE LEAGUE

® Schweiz . Suisse . Svizzera . Svizra

## Animatrice La Leche League

Formation axée sur des standards internationaux et mondialement reconnue

Les animatrices La Leche League s'inscrivent dans une tradition qui remonte aux débuts de l'humanité —  
Une mère soutient une autre mère dans l'art de l'allaitement maternel

La Leche League est une organisation internationale à but non lucratif, neutre sur le plan religieux et politique.

La Leche League est présente dans plus de 60 pays et assume une fonction consultative auprès de l'OMS et de l'UNICEF.

## Formation

La période de formation permet de se préparer à l'activité d'animatrice LLL, sur le plan personnel et sur le plan des connaissances spécialisées.

Après achèvement de la formation, la reconnaissance en tant qu'animatrice LLL est enregistrée par La Leche League International.

### Points forts de la formation

- Correspondance portant sur l'allaitement et le maternage
- Lecture des publications générales prévues
- Travail individuel sur la littérature spécialisée
- 5 journées de formation
- Collaboration à un groupe LLL régional
- Entretiens approfondis avec la formatrice personnelle
- Travail écrit sur les connaissances spécialisées
- Entretien final sur des cas pratiques
- Déclaration d'engagement

### Durée de la formation

La formation est organisée en modules et sa durée est expressément variable, afin qu'elle puisse se faire à côté des tâches familiales, notamment en présence de petits enfants.

La formation est généralement effectuée en l'espace d'un an; la durée maximale de la formation est de deux ans.

### Coûts

Les frais d'inscription s'élèvent à CHF 500.—

Le reste des frais de formation correspond à environ CHF 500.—, auxquels s'ajoutent l'achat de livres et les frais de déplacement.

### Travail bénévole

Les animatrices La Leche League travaillent bénévolement. Leur travail est documenté dans le Dossier Bénévolat. Leurs frais leurs sont remboursés.

### Engagement

Le contrat de formation comprend un engagement à rester active à La Leche League pour une période de deux ans après achèvement de la formation.

## Conditions préalables

### Expérience personnelle d'allaitement

La mère a allaité au moins un de ses enfants :

- pendant au moins douze mois;
- exclusivement, jusqu'à ce que la diversification soit physiologiquement indiquée;

Si l'enfant est déjà sevré au moment de l'inscription à la formation, le sevrage s'est déroulé en respect des besoins de l'enfant.

### Expérience de maternage

La mère reconnaît que le fait d'allaiter son bébé est la façon optimale de le nourrir, de le mater et de le reconforter. Elle perçoit, comprend et satisfait les besoins de son enfant en termes de contact physique, de proximité ou de nourriture. Elle organise toute séparation d'avec son bébé avec sensibilité et respect pour les besoins de celui-ci.

### Compétences

- Bonne maîtrise de la langue maternelle à l'oral et à l'écrit
- Attitude ouverte, bienveillante et respectueuse envers autrui
- Chaleur et empathie par rapport aux autres et à leurs situations de vie
- Communication aisée et bienveillante, ou disposition à développer cette capacité

### Par ailleurs :

- Être membre de LLL
- Soutenir la philosophie LLL
- Avoir assisté à minimum de 4 réunions LLL et montrer un intérêt pour LLL
- Bien connaître les contenus de *L'Art de l'allaitement maternel*
- Est prêt à prendre du temps pour accomplir les tâches LLL
- Avoir été recommandée par chacun des deux animatrices LLL

## Les responsabilités d'une animatrice LLL

- Soutien et accompagnement des femmes sollicitant une aide – par téléphone et/ou dans le cadre d'un contact personnel
- Planification et animation de réunions LLL mensuelles favorisant l'échange d'expériences entre mère et personnes intéressées
- Responsabilité concernant les réunions LLL, la bibliothèque du groupe, la vente des publications et produits LLL et la caisse
- Rédaction de rapports réguliers sur les activités à l'attention de la responsable de la région
- Participation régulière aux offres de formation continue de La Leche League
- Effort suivi pour approfondir ses connaissances et mieux connaître les structures de La Leche League
- Contribuer à la formation d'autres animatrices La Leche League
- Représentation de La Leche League et de sa philosophie dans l'espace public

## Lernen Sie die La Leche League kennen Découvrez La Leche League!

- *L'Art de l'allaitement maternel* offre des perspectives intéressantes sur le travail de LLL.
- Participer activement aux activités d'un groupe permet de faire des expériences enrichissantes pour sa propre personnalité et la vie de famille.
- La participation aux événements LLL permet de découvrir et de ressentir le caractère unique de LLL, et de tisser des liens avec des personnes partageant les mêmes priorités.

[www.lalecheleague.ch](http://www.lalecheleague.ch) und [www.lalecheleague.org](http://www.lalecheleague.org) offrent de nombreuses informations sur l'association.

## Êtes-vous intéressée?

Pour toute question ou pour connaître les modalités de candidature à la formation, n'hésitez pas à contacter une animatrice dans le cadre d'une réunion LLL près de chez vous.

Nous répondrons très volontiers à vos questions!