



## Parenting in Ottawa Drop-Ins

Free in-person support by a public health nurse for:

- Infant feeding
- Growth and Development
- Perinatal mental health and more!
- No appointment



Locations	February	Start Time	End Time
Vanier Community Services Centre 270 Marier Ave, Vanier	Tuesday 4, 11, 18, 25	1:30 pm	3:30 pm
Orléans-Cumberland Community Resource Centre 240 Centrum Boulevard, Orléans	Thursday 6, 13, 20, 27	1:30 pm	3:30 pm
St. Laurent Complex 525 Côté Street, Ottawa	Sunday 2, 9, 16, 23	10 am	12:30 pm
Andrew Fleck Children’s Services 2330 Don Reid Drive #101, Ottawa	Monday 3, 10, 24	1 pm	3 pm
Canadian Mothercraft of Ottawa 475 Evered Avenue, Ottawa	Saturday 1, 8, 15, 22	10 am	12:30 pm
Ottawa Public Library – Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	Tuesday 4, 11, 18, 25	1 pm	3 pm
Ottawa Public Library – Beaverbrook 2500 Campeau Drive, Kanata	Wednesday 5, 12, 19, 26	1 pm	3 pm
Bayshore Field House 175 Woodridge Crescent, Nepean	Friday 7, 14, 21, 28	10 am	12 pm
Metcalfe 8243 Victoria Street	Wednesday 19	9:30 am	11 am

■ East    
 ■ Central    
 ■ West    
 ■ Rural

Updated January 2025

Need more information? Please visit

<https://www.parentinginottawa.ca/en/breastfeeding/Breastfeeding-Resources-in-Ottawa.aspx>

or scan the QR Code.





# Carrefours Être parents à Ottawa

**Soutien gratuit en personne par une infirmière en santé publique :**

- Nutrition des enfants
- Croissance et développement
- Santé mentale périnatale et plus!
- Sans rendez-vous



Emplacements	<u>Février</u>	Début	Fin
Centre des services communautaires Vanier 270 avenue Marier, Vanier	mardi 4, 11, 18, 25	13 h 30	15 h 30
Centre de ressources communautaires d'Orléans-Cumberland 240 boulevard Centrum, Orléans	jeudi 6, 13, 20, 27	13 h 30	15 h 30
Complexe St. Laurent 525 rue Côté, Ottawa	dimanche 2, 9, 16, 23	10 h	12 h 30
Services à l'enfance Andrew Fleck 2330 promenade Don Reid #101, Ottawa	lundi 3, 10, 24	13 h	15 h
Mothercraft Ottawa 475 avenue Evered, Ottawa	samedi 1, 8, 15, 22	10 h	12 h 30
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	mardi 4, 11, 18, 25	13 h	15 h
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Beaverbrook 2500 promenade Campeau, Kanata	mercredi 5, 12, 19, 26	13 h	15 h
Édifice communautaire de Bayshore 175 croissant Woodridge, Nepean	vendredi 7, 14, 21, 28	10 h	12 h
Metcalfe 8243 rue Victoria	mercredi 19	9 h 30	11 h

est      centre      ouest      rural

Mis-à-jour janvier 2025

Avez-vous besoin de plus d'information? S.V.P. consultez  
Ressources concernant l'allaitement à Ottawa - Être parent à Ottawa ([etreparentaottawa.ca](http://etreparentaottawa.ca))  
ou balayez ce code QR.

