



## 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	Dates	Start Time	End Time
Andrew Fleck Children's Services 2330 Don Reid Drive #101, Ottawa	December 2, 9, 16, 23, 30	1 pm	3 pm
Ottawa Public Library – Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	December 3, 10, 17, 24, 31	1 pm	3 pm
Vanier Community Services Centre 270 Marier Ave, Vanier	December 3, 10, 17, 24, 31	1:30 pm	3:30 pm
Ottawa Public Library – Beaverbrook 2500 Campeau Drive, Kanata	December 4, 11, 18	1 pm	3 pm
Orléans-Cumberland Community Resource Centre 240 Centrum Boulevard, Orléans	December 5, 12, 19	1:30 pm	3:30 pm
Bayshore Field House 175 Woodridge Crescent, Nepean	December 6, 13, 20, 27	10 am	12 pm
Canadian Mothercraft of Ottawa 475 Evered Avenue, Ottawa	December 7, 14, 21, 28	10 am	12:30 pm
St. Laurent Complex 525 Côté Street, Ottawa	December 1, 8, 15, 22, 29	10 am	12:30 pm

Need more information? Please visit  
<https://www.parentinginottawa.ca/en/breastfeeding/Breastfeeding-Resources-in-Ottawa.aspx>  
 or scan the QR Code below.



December						
S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Updated December 2024



## 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	Dates	Début	Fin
Services à l'enfance Andrew Fleck 2330 promenade Don Reid #101, Ottawa	2, 9, 16, 23, 30 décembre	13 h	15 h
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	3, 10, 17, 24, 31 décembre	13 h	15 h
Centre des services communautaires Vanier 270 avenue Marier, Vanier	3, 10, 17, 24, 31 décembre	13 h 30	15 h 30
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Beaverbrook 2500 promenade Campeau, Kanata	4, 11, 18 décembre	13 h	15 h
Centre de ressources communautaires d'Orléans-Cumberland 240 boulevard Centrum, Orléans	5, 12, 19 décembre	13 h 30	15 h 30
Édifice communautaire de Bayshore 175 croissant Woodridge, Nepean	6, 13, 20, 27 décembre	10 h	12 h
Mothercraft Ottawa 475 avenue Evered, Ottawa	7, 14, 21, 28 décembre	10 h	12 h 30
Complexe St. Laurent 525 rue Côté, Ottawa	1, 8, 15, 22, 29 décembre	10 h	12 h 30

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



Décembre						
D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Mis-à-jour décembre 2024