



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	<u>January</u>	Start Time	End Time
Vanier Community Services Centre 270 Marier Ave, Vanier	Tuesday 7, 14, 21, 28	1:30 pm	3:30 pm
Orléans-Cumberland Community Resource Centre 240 Centrum Boulevard, Orléans	Thursday 9, 16, 23, 30	1:30 pm	3:30 pm
St. Laurent Complex 525 Côté Street, Ottawa	Sunday 5, 12, 19, 26	10 am	12:30 pm
Andrew Fleck Children’s Services 2330 Don Reid Drive #101, Ottawa	Monday 6, 13, 20, 27	1 pm	3 pm
Canadian Mothercraft of Ottawa 475 Evered Avenue, Ottawa	Saturday 4, 11, 18, 25	10 am	12:30 pm
Ottawa Public Library – Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	Tuesday 7, 14, 21, 28	1 pm	3 pm
Ottawa Public Library – Beaverbrook 2500 Campeau Drive, Kanata	Wednesday 8, 15, 22, 29	1 pm	3 pm
Bayshore Field House 175 Woodridge Crescent, Nepean	Friday 3, 10, 17, 24, 31	10 am	12 pm
Metcalfe 8243 Victoria Street	Wednesday 15	9:30 am	11 am

■ East
 ■ Central
 ■ West
 ■ Rural

Updated December 2024

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	Janvier	Début	Fin
Centre des services communautaires Vanier 270 avenue Marier, Vanier	mardi 7, 14, 21, 28	13 h 30	15 h 30
Centre de ressources communautaires d'Orléans-Cumberland 240 boulevard Centrum, Orléans	jeudi 9, 16, 23, 30	13 h 30	15 h 30
Complexe St. Laurent 525 rue Côté, Ottawa	dimanche 5, 12, 19, 26	10 h	12 h 30
Services à l'enfance Andrew Fleck 2330 promenade Don Reid #101, Ottawa	lundi 6, 13, 20, 27	13 h	15 h
Mothercraft Ottawa 475 avenue Evered, Ottawa	samedi 4, 11, 18, 25	10 h	12 h 30
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	mardi 7, 14, 21, 28	13 h	15 h
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Beaverbrook 2500 promenade Campeau, Kanata	mercredi 8, 15, 22, 29	13 h	15 h
Édifice communautaire de Bayshore 175 croissant Woodridge, Nepean	vendredi 3, 10, 17, 24, 31	10 h	12 h
Metcalf 8243 rue Victoria	mercredi 15	9 h 30	11 h

est centre ouest rural

Mis-à-jour décembre 2024

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

