



## 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	October 7, 21 & 28	1 pm	3 pm
Ottawa Public Library – Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	October 1, 8, 15, 22 & 29	1 pm	3 pm
Vanier Community Services Centre 270 Marier Ave, Vanier	October 1, 8, 15, 22 & 29	1:30 pm	3:30 pm
Ottawa Public Library – Beaverbrook 2500 Campeau Drive, Kanata	October 2, 9, 16, 23 & 30	1 pm	3 pm
Orléans-Cumberland Community Resource Centre 240 Centrum Boulevard, Orléans	October 3, 10, 17, 24 & 31	1:30 pm	3:30 pm
Bayshore Field House 175 Woodridge Crescent, Nepean	October 4, 11, 18 & 25	10 am	12 pm
Canadian Mothercraft of Ottawa 475 Evered Avenue, Ottawa	October 5, 12, 19 & 26	10 am	12:30 pm
St. Laurent Complex 525 Côté Street, Ottawa	October 6, 13, 20 & 27	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.



October						
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		

October 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	7, 21 & 28 octobre	13 h	15 h
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	1, 8, 15, 22 & 29 octobre	13 h	15 h
Centre des services communautaires Vanier 270 avenue Marier, Vanier	1, 8, 15, 22 & 29 octobre	13 h 30	15 h 30
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Beaverbrook 2500 promenade Campeau, Kanata	2, 9, 16, 23 & 30 octobre	13 h	15 h
Centre de ressources communautaires d'Orléans-Cumberland 240 boulevard Centrum, Orléans	3, 10 17, 24 & 31 octobre	13 h 30	15 h 30
Édifice communautaire de Bayshore 175 croissant Woodridge, Nepean	4, 11, 18 & 25 octobre	10 h	12 h
Mothercraft Ottawa 475 avenue Evered, Ottawa	5, 12, 19 & 26 octobre	10 h	12 h 30
Complexe St. Laurent 525 rue Côté, Ottawa	6, 13, 20 & 27 octobre	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.



Octobre						
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		

octobre 2024