



## 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	November 4, 18, 25	1 pm	3 pm
Ottawa Public Library – Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	November 5, 12, 19, 26	1 pm	3 pm
Vanier Community Services Centre 270 Marier Ave, Vanier	November 5, 12, 19, 26	1:30 pm	3:30 pm
Ottawa Public Library – Beaverbrook 2500 Campeau Drive, Kanata	November 6, 13, 20, 27	1 pm	3 pm
Orléans-Cumberland Community Resource Centre 240 Centrum Boulevard, Orléans	November 7, 14, 21, 28	1:30 pm	3:30 pm
Bayshore Field House 175 Woodridge Crescent, Nepean	November 1, 8, 15, 22, 29	10 am	12 pm
Canadian Mothercraft of Ottawa 475 Evered Avenue, Ottawa	November 2, 9, 16, 23, 30	10 am	12:30 pm
St. Laurent Complex 525 Côté Street, Ottawa	November 3, 10, 17, 24	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.



November						
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

Updated November 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	4, 18, 25 novembre	13 h	15 h
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	5, 12, 19, 26 novembre	13 h	15 h
Centre des services communautaires Vanier 270 avenue Marier, Vanier	5, 12, 19, 26 novembre	13 h 30	15 h 30
Bibliothèque d'Ottawa – succursale Beaverbrook 2500 promenade Campeau, Kanata	6, 13, 20, 27 novembre	13 h	15 h
Centre de ressources communautaires d'Orléans-Cumberland 240 boulevard Centrum, Orléans	7, 14, 21, 28 novembre	13 h 30	15 h 30
Édifice communautaire de Bayshore 175 croissant Woodridge, Nepean	1, 8, 15, 22, 29 novembre	10 h	12 h
Mothercraft Ottawa 475 avenue Evered, Ottawa	2, 9, 16, 23, 30 novembre	10 h	12 h 30
Complexe St. Laurent 525 rue Côté, Ottawa	3, 10, 17, 24 novembre	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.



Novembre						
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

Mis-à-jour novembre 2024