

« Le suivi Olo, c'est comme si cela me confirmait que j'étais une bonne maman. »

— Fanny



La Fondation Olo remercie ses donatrices et donateurs qui rendent possible le suivi Olo pour les familles.



fondationolo.ca



Fondation
Olo



Des
bébés
en santé



Un départ en santé !

Découvrez comment le suivi Olo peut vous aider durant votre grossesse et après la naissance de votre enfant.

Notre mission

Donner une chance égale aux familles de mettre au monde des bébés en santé et d'acquérir de saines habitudes alimentaires tôt dans la vie.

Vous n'êtes pas seule : plus de **7 000 nouvelles femmes enceintes et leur famille** partout au Québec reçoivent le soutien de la Fondation Olo, grâce à plusieurs centaines d'intervenantes dévouées du milieu de la santé, des services sociaux et communautaires. Depuis 1991, la Fondation a permis à plus de 250 000 bébés de naître en meilleure santé et de connaître un bon départ dans la vie.

En collaboration avec :

Québec 



Le suivi Olo

Pour que votre bébé naisse en santé

Dès la 12^e semaine de grossesse, vous recevrez un suivi nutritionnel professionnel.

Tout au long de votre suivi Olo, des multivitamines prénatales et des coupons échangeables contre des aliments vous seront offerts. Ces coupons peuvent être utilisés dans la plupart des marchés d'alimentation du Québec (épiceries, dépanneurs, pharmacies, etc.).



Oeufs



Lait



Légumes
surgelés



Multivitamines



Pain à grains
entiers



Tofu



Pommes



Céréales
pour bébé



Purée
pour bébé

Pour que votre famille adopte des habitudes alimentaires saines

Lors des rencontres qui durent jusqu'aux deux (2) ans de votre enfant, votre intervenante Olo vous donnera des conseils et vous remettra des outils éducatifs sur la saine alimentation pour bien manger, cuisiner et manger en famille (ex. : livres pour bébé, livre de recettes faciles et économiques, outils de planification, etc.).

Pour avoir accès au suivi Olo, vous devez :

Être enceinte ou avoir un enfant âgé de moins de 24 mois.

Avoir un faible revenu.

Comment avoir accès ?

Vous êtes enceinte :

Inscrivez-vous sur quebec.ca/magrossesse (disponible en 11 langues) ou scannez ce code QR :



Une intervenante *Ma grossesse* de votre région vous contactera afin d'évaluer vos besoins et vous offrir les services pertinents pour vous et votre bébé.

Vous avez un tout-petit de moins de deux (2) ans :

Pour vous faire référer au suivi Olo, contactez le CLSC près de chez vous, parlez-en à l'infirmière en vaccination ou à tout autre professionnel de la santé.

Il n'est pas recommandé de remplir le formulaire *Ma grossesse* une fois que vous avez accouché.

Le suivi Olo, un accompagnement personnalisé

- Des rencontres individuelles ou de groupe en CLSC ou à domicile.
- Des conseils et des réponses à vos questions sur l'alimentation, la grossesse et la périnatalité.
- Des références vers les ressources de votre communauté.
- Une relation de confiance avec une professionnelle de la santé compétente.

Et même plus...

Rendez-vous sur notre site web, l'allié des parents au quotidien. Vous y trouverez des conseils pratiques et des astuces de planification des repas, des jeux pour les tout-petits, des recettes simples, des vidéos éducatives et bien plus encore !

fondationolo.ca/espace-famille

N'hésitez pas à vous intéresser aux activités qui ont lieu dans les organismes communautaires (centres de ressources périnatales, maisons de la famille, etc.) près de chez vous !

Des avantages pour bébé

Le suivi Olo a des avantages pour bébé, notamment sur :



Sa santé
globale



Ses habitudes
alimentaires



Son développement
optimal



Son attachement
à ses parents



Son accès
aux soins



Sa réussite
scolaire

