

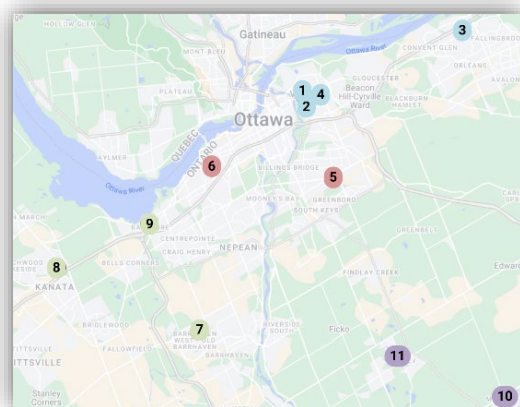


Parenting in Ottawa Drop-ins

Free in-person support by a Public Health Nurse for:

- Infant feeding
- Growth and Development
- Perinatal mental health and more!
- No appointment needed

✓ Scan the QR code for more information



	Locations	When	Start Time	End Time
1	Vanier Community Services Centre 270 Marier Ave, Vanier	Tuesdays Weekly	1:30 pm	3:30 pm
2	Tungasuvvingat Inuit 282 Dupuis street, Ottawa <i>*For Inuit Families</i>	Every second Tuesday (scan QR code for details)	1:00 pm	3:00 pm
3	Orléans-Cumberland CRC 240 Centrum Boulevard, Orléans	Thursdays Weekly	1:30 pm	3:30 pm
4	St. Laurent Complex 525 Côté Street, Ottawa	Sundays Weekly	10 am	12:30 pm
5	Andrew Fleck Children's Services 2330 Don Reid Drive #101, Ottawa	Monday Weekly	1pm	3pm
6	Canadian Mothercraft of Ottawa 475 Evered Avenue, Ottawa	Saturday Weekly	10 am	12:30 pm
7	Ottawa Public Library - Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	Tuesdays Weekly	1 pm	3 pm
8	Ottawa Public Library - Beaverbrook 2500 Campeau Drive, Kanata	Wednesdays Weekly	1 pm	3 pm
9	Bayshore Field House 175 Woodridge Crescent, Nepean	Fridays Weekly	10 am	12 pm
10	Rural Family Connections, Metcalfe 8243 Victoria Street, Metcalfe	1 st Monday & 3 rd Wednesday of each month	9 am	11 am
11	Rural Family Connections & Ottawa Public Library 1448 Meadow Drive, Greely	2 nd Tuesday of each month	10 am	12:00 pm

■ East
 ■ Central
 ■ West
 ■ Rural

Updated July 2026

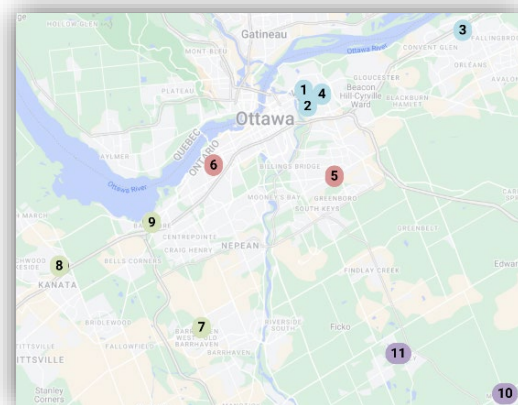


Carrefours Être parents à Ottawa

Soutien en personne par une infirmière en santé publique pour:

- Nutrition des enfants
- Croissance et développement
- Santé mentale périnatale et plus!
- Sans rendez-vous

✓ Balayez le code QR pour plus d'info



Emplacements	Quand	Début	Fin
1 Centre des services communautaires Vanier 270 avenue Marier, Vanier	mardi hebdomadaire	13 h 30	15 h 30
2 Tungasuvvingat Inuit 282 rue Dupuis, Ottawa <i>*Pour les familles inuites</i>	tous les deux mardis (balayez le code QR)	13 h	15 h
3 Centre de ressources communautaires d'Orléans-Cumberland 240 boulevard Centrum, Orléans	jeudi hebdomadaire	13 h 30	15 h 30
4 Complexe St. Laurent 525 rue Côté, Ottawa	dimanche hebdomadaire	10 h	12 h 30
5 Services à l'enfance Andrew Fleck 2330 promenade Don Reid #101, Ottawa	lundi hebdomadaire	13 h	15 h
6 Mothercraft Ottawa 475 avenue Evered, Ottawa	samedi hebdomadaire	10 h	12 h 30
7 Bibliothèque d'Ottawa - succursale Ruth E. Dickinson 100 Malvern Drive, Nepean	mardi hebdomadaire	13 h	15 h
8 Bibliothèque d'Ottawa - succursale Beaverbrook 2500 promenade Campeau, Kanata	mercredi hebdomadaire	13 h	15 h
9 Édifice communautaire de Bayshore 175 croissant Woodridge, Nepean	vendredi hebdomadaire	10 h	12 h
10 Rural Family Connections - Metcalfe 8243 rue Victoria, Metcalfe	le 1er lundi et le 3e mercredi du mois	9 h	11 h
11 Rural Family Connections & Bibliothèque d'Ottawa 1448 promenade Meadow, Greely	Le 2 ^e mardi de chaque mois	10h	12 h

est centre ouest rural

Mis-à-jour juillet 2026