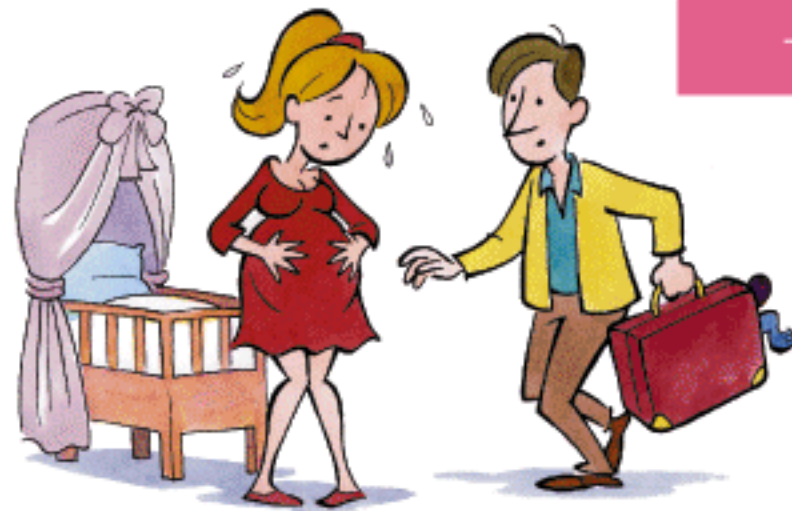


## du jour au lendemain tout change

L'accouchement est un événement important pour la maman, le papa, le bébé et l'entourage.

**Premiers signes:**  
 - Elimination du bouchon muqueux (glaires sanguinolents).  
 - Premières contractions.  
 - Rupture de la poche des eaux.



**J'arrive!**  
 Du jour au lendemain tout bascule: le couple devient famille, le bébé devient une personne.



## Une nouvelle place pour chacun

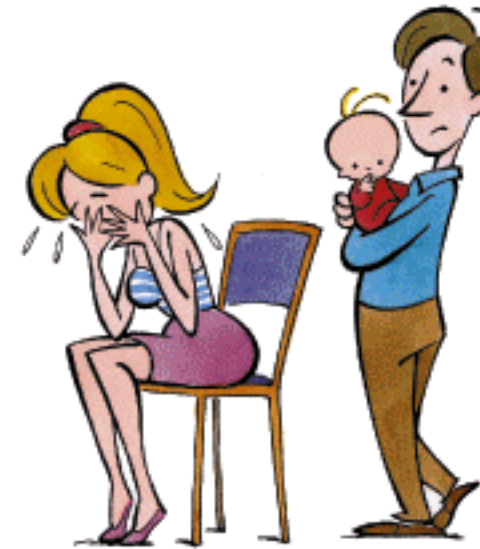
Après un bref séjour à la maternité, durant lequel on aura appris à la maman à donner les premiers soins, bébé rentre à la maison.

Les parents découvrent bébé, leurs nouvelles tâches, et les petits changements dans leurs habitudes de vie.



## Période post-natale

**Le choc hormonal**



Malgré un bon déroulement de l'accouchement, la maman accuse une certaine fatigue et peut ressentir comme un vague à l'âme: C'est le blues du post-partum, qui se manifeste de manière plus ou moins intense selon les personnes et les situations.

## Le rythme change



**Adaptations réciproques**

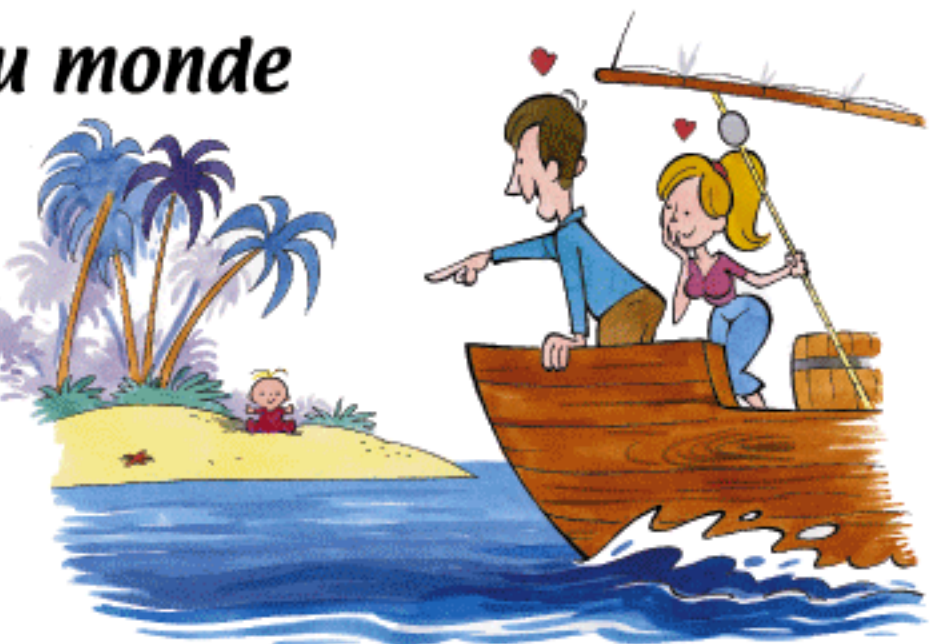
La plus grande phase d'éveil se situe souvent entre 17h et 22h: elle est caractérisée par des pleurs et par une certaine agitation, qui induisent souvent la maman à penser que bébé n'est pas assez nourri.

Durant les 4 premiers mois, bébé dort selon un cycle involontaire sans différencier le jour de la nuit.  
 Les parents eux, découvrent et s'initient à leur nouveau rôle, vivant au rythme du bébé.

## Un nouveau monde

Les parents découvrent bébé, son fonctionnement, son rythme de sommeil et de faim.

Bébé apprend à connaître ses parents, leurs disponibilités relationnelles, leur entourage, leur lieu de vie, leurs habitudes.



## Allaitement au sein, un bonheur partagé

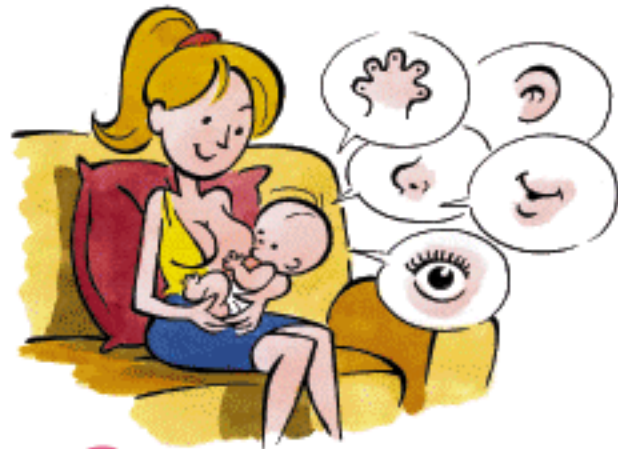
Le lait maternel est un don de la nature. Il représente la suite logique d'une grossesse, il favorise la relation mère enfant et tisse les premiers liens de satisfaction et de plaisir partagé (maman est contente si bébé l'est).



Un mode d'emploi vieux comme le monde

## Hygiène de vie

A travers les 5 sens, tout passe de la mère au bébé!



Bébé a besoin de se nourrir, de téter, de sucer, de se sentir "rempli". Il demande à être alimenté 6 à 8 fois par jour. C'est d'ailleurs durant la tétée, que bébé va pouvoir découvrir à travers les 5 sens.

- Le toucher:** contact avec le corps.
- La vue:** regardez maman.
- L'ouïe:** voix, sons de maman.
- Le goût:** saveur du lait.
- L'odorat:** odeurs de maman, de l'environnement.

## Comment savoir si bébé tète bien?

Bébé tète bien quand:



Vous entendez un bref son de déglutition (ressemblant au son K). Votre bébé est satisfait après avoir bu. La tétée ne vous fait pas mal.

Bébé tète mal quand:



Vous entendez beaucoup de claquement de lèvres. Vous remarquez qu'il avale peu. Il n'est pas satisfait après avoir bu. La tétée est douloureuse.

Bébé est satisfait!



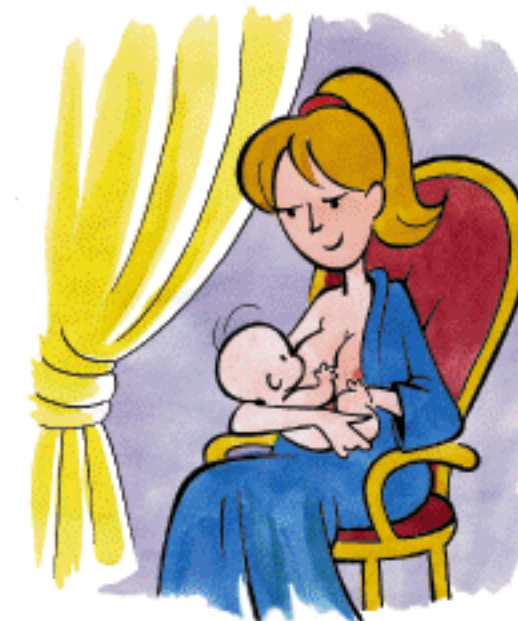
Respect du temps de digestion entre deux tétées (2heures minimum)

Bébé n'est pas satisfait!



## Le choix du sein

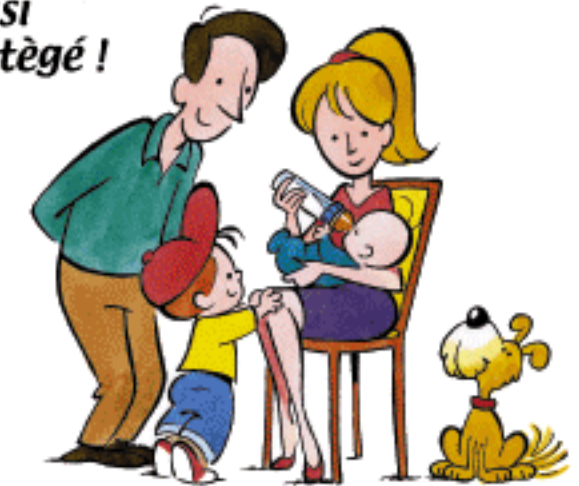
Avec le lait maternel, le bébé est bien protégé!



Le lait maternel contient les protéines, les graisses, les hydrates de carbone, les minéraux et les vitamines indispensables à la croissance de l'enfant et cela dans une proportion idéale. De plus il favorise le bon développement des mâchoires. C'est un aliment facile à digérer et toujours à la bonne température.

## Le choix du biberon

Avec le lait en poudre, le bébé est aussi protégé!



Inventé comme substitut du sein maternel, le biberon peut être considéré comme un objet transitionnel, un trait d'union entre l'enfant et son pourtour familial.

Papa peut nourrir le bébé!

Contrôle de la quantité



## bébé et maman

### Accueillir l'enfant à sa naissance

Le bébé est rassuré par la voix de sa maman.

Dans celle-ci il trouvera la sécurité et l'affection dont il a besoin.



## bébé et ses besoins

### Les repères essentiels

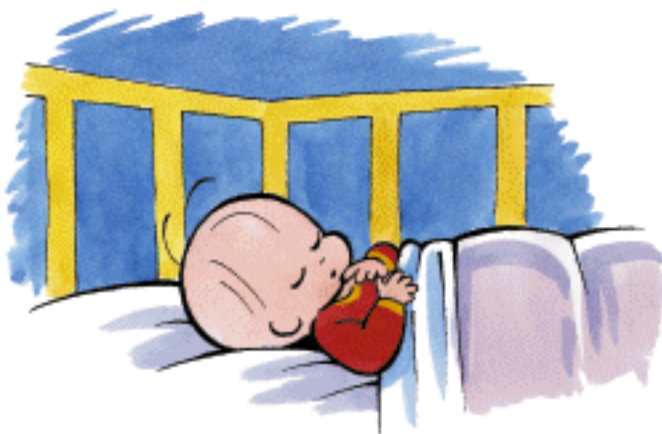
L'équilibre du bébé dépend des relations qu'il partage avec sa mère, soit par l'alimentation (allaitement ou biberon), par les caresses et le toucher dont il fait l'objet (bain) et la communication qui s'installe avec son entourage (frère, soeurs, père).

N'oubliez pas que le bébé perçoit le climat ambiant et les humeurs de l'adulte.

## bébé et la vie L'aider à trouver son rythme

Une fois installé dans la famille, le bébé a besoin qu'on lui donne des repères de lieux, de temps, stables familiaux et personnels. Il n'a pas seulement besoin de manger et dormir mais aussi qu'on s'intéresse à lui.

Tout cela lui permettra de trouver son propre rythme et de s'intégrer dans la nouvelle vie qui est la sienne.



## Sentir et reconnaître

En tout temps bébé a besoin de se référer à sa maman, elle est au bout de chacun de ses désirs.

Sa présence et ses prestations permettent au bébé de découvrir le plaisir, et lui donnent l'envie d'explorer d'autres moyens relationnels.



## bébé parle

Les vocalises, les regards, la mimique donnent une relation interactive avec le bébé. Il est alors capable de sourire, de tendre les bras, de s'intéresser.

Parlez-lui, répondez à ses gazouillis, manifestez-lui votre joie et votre envie de le "croquer".

Il est important que pendant ces phases d'éveil, la maman soit disponible à ce "dialogue".

Agageu...  
Areuh...



## Le dialogue s'installe

L'enfant se "mesure" émotionnellement dans le regard de sa maman

Même si cette relation idyllique est perturbée par des manifestations imprévisibles, il est important que maman reste à l'écoute et sache parer à trop d'excitation. L'objectif est que l'enfant acquière des compétences relationnelles et qu'il "quitte" progressivement sa mère pour s'intéresser aussi au monde environnant.

