

Quand je suis en peau à peau, on est bien tous les deux !

● ● ● ● ● ●

**Installez-vous en position
demi-assise pour mieux me voir**

**Ma tête est posée sur la partie
dure de votre thorax, tournée sur
le côté, mon nez et ma bouche
dégagés, pour bien respirer,
mon visage est toujours visible,
mes jambes sont pliées, je suis
rose**

**Je suis recouvert d'une
couverture chaude et d'un
bonnet**

**Je dois être nu ou en couche,
mon ventre contre votre ventre**

Bienfaits pour la maman

**Diminue le stress, favorise la
production de lait,
augmente la durée de
l'allaitement, favorise la
rencontre avec bébé.**

**Passé le moment de la
naissance, je serai mieux
maintenu par un bandeau de
portage ou un vêtement adapté
(type débardeur en jersey sans
bretelle)**

**A la maternité, vous pouvez
mettre la barrière de sécurité
quand il y en a une, et assurez
vous que la sonnette soit à
portée de main.**

**Eteignez la TV et votre
téléphone portable : vous
devez être attentif(ve) et vous
assurer que je respire bien et
que je suis bien couvert**

**En cas d'hésitation ou de
question l'équipe de la maternité
est là pour vous aider et vous
soutenir**

Bienfaits pour le bébé

**Favorise les interactions
précoces, stabilise son taux de
sucre, sa température, son
rythme respiratoire et
cardiaque, améliore son bien
être, LIMITE LES PLEURS ET LA
DOULEUR**

