



INITIATIVE HÔPITAL
AMI DES
BÉBÉS



Allaitement artificiel

Conseils de puériculture

et

Le retour à la maison



CENTRE
HOSPITALIER
Côte de Lumière



SOMMAIRE

1	À LA MATERNITÉ	
	L'allaitement artificiel	p. 4
	• L'alimentation du nouveau-né	p. 4
	1. À la naissance	
	2. Les premiers jours	
	• Les moyens pour inhiber la montée de lait	p. 7
	Les soins du nouveau-né	p. 8
	• Dès la naissance	
	• La toilette du visage	
	• Le bain	
	• La pesée	
	• Les vitamines	
	• Le pédiatre à la maternité	

2	LE RETOUR À LA MAISON	
	Les biberons au fil des jours	p. 10
	• La préparation des biberons	
	• Les rations	
	• Je me pose des questions	
	Bébé au quotidien	p. 14
	• La chambre	
	• Les promenades	
	• L'habillement	
	La surveillance de bébé	p. 15

3	ANNEXES	
	Annexe 1. Le co-sleeping	p. 16
	Annexe 2. Que faire en cas de pleurs ?	p. 18

4	LES RELAIS	au verso
----------	-------------------	----------



À la **MATERNITÉ**

La maternité du Centre Hospitalier Côte de Lumière a obtenu à plusieurs reprises le label de qualité « **Initiative Hôpital Amis des Bébés** » (concept international proposé depuis 1992 par l'Organisation Mondiale de la Santé et l'Unicef).

Ce label garantit une remise en question permanente de nos pratiques afin de toujours mieux respecter les besoins et les rythmes du nouveau-né, d'encourager la proximité parents-enfant pour renforcer le lien d'attachement.

Ce document a pour objectif de vous accompagner dans la mise en route de l'alimentation de votre bébé et dans l'apprentissage des soins.

Nous sommes à votre écoute pour répondre à toutes vos questions.

L'alimentation du nouveau-né

1. À la naissance

Après l'accouchement, votre bébé est placé en contact peau contre peau. Il est posé nu sans couche directement sur votre thorax, le visage bien dégagé et visible. Il part à votre découverte avec tous ses sens : l'odorat, le toucher, il entend les battements de votre cœur, il reconnaît votre voix.... Ce contact précoce favorise le lien d'attachement et l'aide à s'adapter à la vie extra utérine.



Son réflexe de succion est inné. Une tétée est possible en salle de naissance. Elle permet à bébé de recevoir le colostrum qui est très riche en nutriments et en anticorps. Le premier biberon sera proposé selon l'éveil de votre bébé.

Puis, pendant environ 24h, il sera en phase de récupération, il dormira beaucoup. C'est l'occasion de vous reposer en même temps que lui.

2. Les premiers jours

Nous vous conseillons de garder votre bébé 24h/24 afin de le sécuriser, d'apprendre à le connaître et de favoriser l'établissement du lien avec lui. N'hésitez pas à le mettre en peau à peau.

Pour donner le biberon installez-vous confortablement, dans le calme. C'est un moment de plaisir : prenez votre bébé dans vos bras, installez le semi assis, parlez lui, regardez-le. Laissez le boire à son rythme.

Repérez le bon moment pour donner le biberon en guettant les signes d'éveil :

- Yeux ouverts
- Mouvements de succion
- Mains à la bouche
- Les pleurs sont des signes plus tardifs.

C'est le meilleur moment pour me proposer à boire



IL BOUGE



IL OUVRE SA BOUCHE



IL TOURNE LA TÊTE
(CHERCHE)

Oui, mais comme je suis agité, il faudra peut-être un peu de patience mais je vais y arriver



IL S'ÉTIRE



SES MOUVEMENTS SONT
PLUS VIFS



IL MET LA MAIN EN
BOUCHE

Il faut d'abord me calmer



IL PLEURE



IL EST AGITÉ



SA PEAU ROUGIT

me bercer, me faire un calin, me caresser, me prendre dans tes bras, faire du peau à peau, me parler.

Le début de l'alimentation doit être progressif. La taille de l'estomac va augmenter avec l'âge de votre bébé. Elle est comparable à celle :

1er au 4ème jour



une cerise

5ème au 8ème jour



un abricot

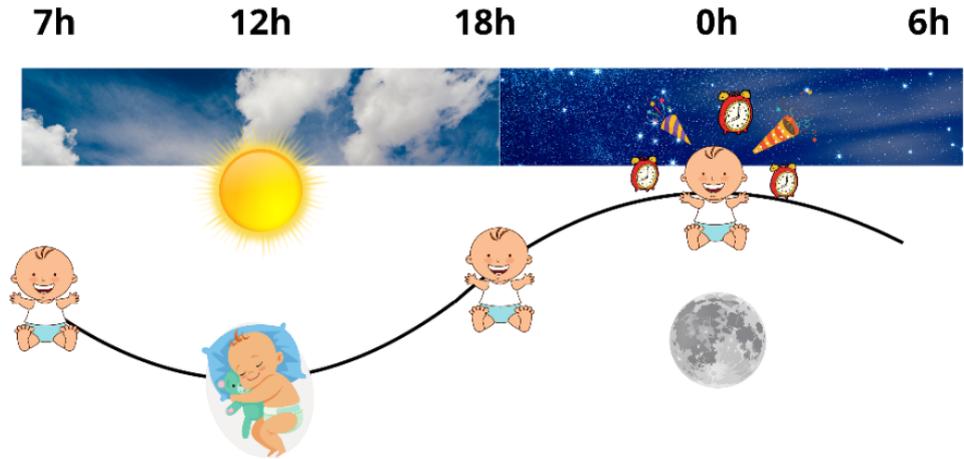
1 mois



une pêche

L'ALLAITEMENT
MATERNEL

Respectez le rythme de l'enfant et toutes ses compétences. Les horaires peuvent être souples sur 6 à 8 biberons par 24h.



Les rations vont donc augmenter progressivement. Elles peuvent varier selon le moment de la journée selon l'éveil de votre bébé.

Les biberons donnés à la maternité sont prêts à l'emploi. Après ouverture, le biberon doit être utilisé dans l'heure. Sinon il doit être jeté. Le lait est proposé à température ambiante.

Avant votre retour à domicile, l'équipe de la maternité vous initie à la préparation et à la réalisation d'un biberon dans votre chambre.

Il est conseillé d'apporter vos propres biberons, tétines et un goupillon afin que vous puissiez tous vous exercer en vue du retour à la maison.

Un bébé qui a pris sa ration est calme et repu.

Après la tétée, le rot n'est pas systématique (ne pas secouer ou tapoter le bébé). Il peut recracher un peu de lait, sans effort visible. C'est une régurgitation normale. Il peut aussi avoir le hoquet. Il est préférable de **garder votre bébé dans les bras après le biberon.**

Si votre bébé a des besoins spécifiques (faible poids de naissance...), le pédiatre peut prescrire un lait adapté.

Les moyens pour inhiber la montée de lait

La montée de lait est un processus physiologique qui a lieu environ 3 jours après l'accouchement.

Si vous n'allaitez pas, la sécrétion de lait s'interrompt d'elle-même en quelques jours.

Cependant, la montée de lait peut provoquer de l'inconfort, des douleurs, des tensions mammaires.

Pour votre confort et réduire cette montée de lait, il vous sera proposé :

- des cataplasmes d'argile,
- des douches chaudes ou l'application de froid,
- de l'homéopathie à débiter dès votre retour en chambre (une ordonnance peut vous être proposée à la dernière consultation de grossesse),
- autres possibilités : feuilles de choux appliquées localement, huile essentielle de menthe poivrée...

Si la douleur persiste, nous vous prescrirons des antalgiques : paracétamol ou un anti-inflammatoire.

Les médicaments inhibiteurs de la lactation ne sont plus recommandés.

Dès la naissance

Pensez au lavage des mains avant et après ces soins.

L'ombilic

2 fois/jour. Lavez à l'eau et au savon avec une compresse en insistant sur la base du cordon, Puis, rincez et séchez avec une nouvelle compresse. À poursuivre jusqu'à la cicatrisation complète.

N'ayez pas peur, ce soin est indolore pour votre bébé, il permettra au cordon de bien sécher et de tomber.

La température

La prise sera quotidienne la première semaine. Elle doit être comprise entre 36,5°C et 37,5°C (prise sous l'aisselle, ajouter 0.5°C). En cas de doute, vous pouvez contrôler en rectal.

Le siège

Les fesses seront lavées à l'eau tiède ou au liniment oléocalcaire qui ne se rince pas.

En cas d'irritation, bien sécher, laissez les fesses à l'air et éventuellement utiliser une pommade cicatrisante. Ne pas talquer.

Le transit de votre bébé va s'installer progressivement, la fréquence des selles varie d'un enfant à l'autre.

La toilette du visage

Ces soins sont à réaliser que si nécessaire :

L'oeil

Nettoyez au sérum physiologique (une compresse pour chaque œil, de l'intérieur vers l'extérieur).

Les oreilles

Nettoyez uniquement la partie extérieure de l'oreille avec un coton sec, supprimez les cotons – tiges.

Le nez

Nettoyez avec une mèche de coton imbibée de sérum physiologique. Changez de coton pour chaque narine. En cas d'encombrement nasal : l'enfant mis sur un côté, mettre directement le sérum physiologique dans la narine supérieure, changez de côté pour la 2ème narine (1/2 dosette par narine). Demandez conseil pour ce geste.

Le bain



- Le 1er bain n'est donné au plus tôt **que le 2ème jour**. On évite ainsi que votre bébé se refroidisse, et on préserve ses repères sensoriels.
- Température de la pièce entre 21°C et 23°C et de l'eau à 37°C.
- Prévoyez le nécessaire de toilette et les vêtements afin de ne pas laisser le bébé seul sur la table à langer ou dans le bain.
- La toilette du visage se fait à l'eau. Savonnez avec vos mains le cuir chevelu et tout le corps. Rincez et séchez en insistant au niveau des plis.
- Portez une attention particulière, au pli du cou, derrière les oreilles, dessous les bras, entre les doigts, les orteils et aux organes génitaux lors du séchage.

La pesée

Bébé est pesé à la naissance, puis quotidiennement à partir du 2ème jour. Une perte de poids est normale les premiers jours.



Les vitamines

Pour prévenir un risque hémorragique rare, tous les nouveau-nés doivent recevoir de la vitamine K dès la naissance, au 3ème jour de vie.

D'autres suppléments, notamment en vitamine D donnés à partir du 1er jour tous les jours, seront prescrits par le pédiatre.

Le pédiatre à la maternité

Il examine et mesure votre bébé pendant votre séjour. Il est présent tous les jours à la maternité et reste disponible pour vos questions.

Le jour de votre sortie, il vous prodiguera un ensemble de conseils et vous remettra les ordonnances.

Il vous remettra le carnet de santé de votre enfant, qui est un lien important entre les professionnels qui le suivent. N'oubliez pas de le rapporter à chaque consultation ultérieure.

Le retour à la **MAISON**



Le retour à la maison est un grand moment de joie. Cependant vous pouvez vous sentir sensible et fatiguée. **Prenez le temps, vivez au rythme de votre bébé** : écoutez le, écoutez-vous !

Vous pouvez renouveler le contact peau contre peau aussi longtemps que bébé en aura besoin ; par exemple, quand il pleure, a du mal à s'endormir... (il ne fait pas de caprice !)

Pensez à vous reposer. La présence et le soutien de votre conjoint(e) seront alors très précieux. Votre conjoint(e) va, lui aussi, échanger, communiquer avec bébé, lui parler, le caresser, le porter en peau à peau.

Entourez-vous de personnes chaleureuses, prêtes à vous soutenir et à vous aider dans les tâches de la vie quotidienne.

Ne vous laissez pas influencer (les réseaux sociaux) par des propos négatifs sur votre façon de mater.

Si vous avez des questions concernant votre bébé, n'hésitez pas à contacter :

- la maternité,
- une sage-femme libérale,
- la puéricultrice de la Maison de la Solidarité et de la Famille (MDSF),
- votre médecin ou votre pédiatre.

La préparation d'un biberon

Elle est à réaliser dans un endroit propre, sur un plan de travail préalablement nettoyé.

• Quelle eau utiliser ?

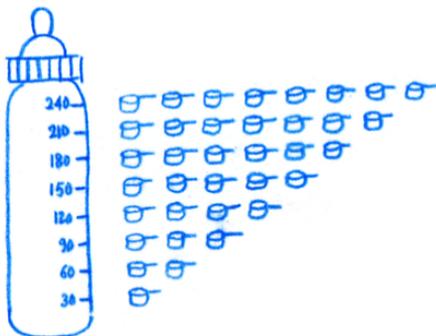
L'eau du robinet convient, sous réserve de vérification de sa qualité auprès de votre mairie. Utiliser l'eau froide en la laissant auparavant couler quelques secondes.

Vous pouvez aussi utiliser une eau minérale en bouteille si celle-ci convient aux nourrissons. La bouteille entamée doit être consommée dans les 24 heures.

• Comment préparer un biberon ?

La reconstitution des laits en poudre est toujours la même quelque soit la marque de lait. Le biberon doit être préparé juste avant sa consommation.

1 mesure arasée de poudre de lait pour 30ml d'eau



- Commencer par mettre la quantité d'eau à température ambiante.

- Ensuite, mettre le nombre de mesurètes arasées correspondantes à la quantité d'eau.

- Bien agiter le biberon en le roulant dans vos mains.

• Comment réchauffer un biberon ?

Si vous le faites chauffer, faites tiédir l'eau avant la reconstitution de votre biberon. Vous pouvez faire chauffer votre biberon au bain-marie ou au chauffe-biberon. L'utilisation du micro-onde est à proscrire : il augmente les risques de brûlures et diminue la qualité nutritionnelle du lait.

Quelque soit le mode de réchauffement du biberon, il est essentiel d'homogénéiser le biberon en l'agitant et de vérifier la température du lait sur le dos de votre main avant de proposer le biberon à votre bébé.

- **Comment conserver un biberon ?**

Il est préférable de préparer un biberon juste avant sa consommation.

Cependant si vous devez préparer un biberon à l'avance, il peut être conservé au réfrigérateur (pas dans la porte) 30h maximum. Après, il doit être jeté.

Le biberon sorti du réfrigérateur doit être consommé dans l'heure. Si le biberon est réchauffé, ce délai de consommation est ramené à 30 minutes.

Si vous devez vous déplacer, transportez séparément la bouteille d'eau (gardée dans une glacière par exemple), et la poudre de lait afin de reconstituer le lait au dernier moment.

- **Comment nettoyer un biberon ?**

La stérilisation du biberon est inutile, un nettoyage soigneux suffit. Le biberon, la bague, la tétine et le capuchon doivent être nettoyés à l'eau chaude et au liquide vaisselle avec un écouvillon propre puis rincés.

Vous pouvez utiliser le lave vaisselle en utilisant un cycle de lavage complet à au moins 65°.

Le biberon et ses annexes doivent être mis à sécher sur une surface propre. L'utilisation du torchon est déconseillée.

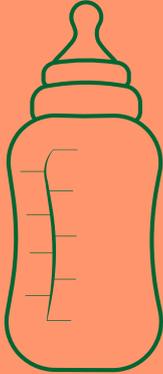
L'évolution des rations

Proposer 6 à 8 biberons à votre bébé par 24 heures.

Les biberons sont à proposer sans jamais forcer l'enfant à finir sa ration. Une ration de 90ml par biberon doit être suffisante jusqu'à 10 à 15 jours.

Si l'enfant commence à bien terminer ses biberons, vous pouvez augmenter la ration en lui préparant des biberons de 120 ml. Cette ration est en principe suffisante jusqu'à l'âge de 1 mois.

Je me pose des QUESTIONS



Mon bébé régurgite ?

L'enfant recrache du lait. Rien de grave si cela est peu abondant et non systématique. Cela peut être un trop plein. Peut-être votre bébé boit-il trop vite : vous pouvez alors faire une pause au cours de la tétée ou opter pour une tétine à vitesse. S'il vous semble que votre bébé régurgite beaucoup, consultez un professionnel.

Mon bébé pleure ?

Les pleurs ne sont pas forcément pathologiques. Assurez-vous que votre bébé n'a pas faim, qu'il n'a pas les fesses souillées, qu'il n'a pas de fièvre. Dans tous les cas, ne le laissez pas pleurer seul, prenez le dans vos bras, rassurez-le. (Cf. annexe 2)



Mon bébé a t'il de la fièvre ?

Chez les nourrissons de moins de 3 mois, en cas de fièvre supérieure ou égale à 38°C, il faut le découvrir et le faire boire. Un contrôle est nécessaire une heure après, si la température est toujours supérieure ou égale à 38°C, faites examiner rapidement votre bébé par un professionnel de santé.



Faut-il que je réveille mon bébé pour le nourrir ?

Il est préférable de s'adapter aux besoins de votre bébé suivant son rythme d'éveil. Si votre bébé dort beaucoup, vous pouvez le stimuler au bout de 5 heures en pratiquant par exemple le peau à peau.



La chambre



Selon votre choix, bébé peut partager votre chambre, dans son lit ou avoir sa propre chambre. Dans la mesure du possible, aménagez un coin tranquille pour votre bébé, éloigné de la fumée de cigarette, du vapotage et des courants d'air. La température ne devra pas dépasser 19°C. Évitez de mettre le berceau à côté d'une source de chaleur directe. Ne le couvrez pas trop, une turbulette ou sur-pyjama suffit.

Le matelas du berceau ou du lit devra être ferme, ne pas utiliser d'oreiller ou de couette. Bébé dort sur le dos. Veillez à ce que la tête ne soit pas toujours du même côté. Les doudous doivent être positionnés aux pieds du bébé.

Risque de chute

À tout âge les bébés peuvent se retourner et tomber, il ne faut donc jamais les laisser seuls sur la table à langer, votre lit ou votre canapé ...

Les promenades

Une promenade quotidienne sera bénéfique pour vous et votre bébé, en tenant compte du temps. Évitez le temps froid, les vents forts, le brouillard et en été, les heures chaudes (pas entre 12 et 16h). Les bébés ne vont pas sur la plage se faire bronzer ! En période d'épidémie, évitez également les lieux clos bondés (centres commerciaux, grands rassemblements ...).

Le bain

Le bain est un instant privilégié, choisissez le moment où vous et votre bébé serez les plus disponibles. Le bain n'est pas indispensable tous les jours. Les soins du visage et la toilette peuvent suffire. Il peut aussi être proposé comme simple moment de détente.

Vous pouvez terminer par un massage du corps à l'aide du liniment oléocalcaire.

L'habillement

·Tenez compte de la température de la pièce ou de l'extérieur et évitez de trop le couvrir,

·La température de bébé se maintient entre 36,5°C et 37,5°C.

Il craint autant les "coups de chaleur" que le froid.

Une consultation médicale (avec votre médecin généraliste ou un pédiatre) à J15 puis 1 fois par mois est conseillée pour suivre le développement de l'enfant. N'oubliez pas les 2 examens obligatoires de surveillance de votre bébé au 9ème mois et 24ème mois.

L'équipe qui vous a entourée à la maternité est là pour répondre à vos questions. N'hésitez pas à nous appeler en cas de problème.

Vous pouvez également contacter :

- la puéricultrice de la maison des solidarités et de la famille,
- votre médecin ou votre pédiatre.

LA SURVEILLANCE DE BÉBÉ

LE CO-SLEEPING



Partager votre lit avec bébé

Garder votre bébé près de vous permet de mieux le connaître et de savoir quand il a faim et qu'il veut téter. À l'hôpital, on vous encourage à avoir votre bébé avec vous 24h/24 tout près de votre lit. De retour chez vous, votre bébé peut partager la chambre avec vous, surtout la nuit, au moins pendant les premiers mois.

Si vous nourrissez au sein votre bébé, vous trouverez peut-être qu'il est plus facile d'avoir le bébé dans votre lit la nuit. Cela peut être plus pratique pour l'allaitement. Cela aide aussi à calmer le bébé s'il pleure, et nombreux sont les bébés qui dorment mieux quand ils sont auprès de leur mère.

Toutefois dormir avec son bébé est **potentiellement dangereux**. Pour s'assurer de la sécurité du bébé, il y a quelques points à considérer avant de penser à l'avoir avec vous, dans votre lit.

CONDITIONS À RESPECTER POUR GARANTIR LA SÉCURITÉ DE BÉBÉ :

- Le lit doit être large et bas, le matelas doit être ferme et propre, ne jamais s'endormir avec bébé dans un canapé ou un fauteuil.
- Bébé dans une turbulette, couché sur le dos, s'assurer que la tête ne peut être recouverte.
- La température de la pièce ne doit pas dépasser 19°C, ne pas trop l'habiller.
- Jamais entre les deux parents.
- Jamais avec un autre enfant dans le lit.
- Du côté de maman en s'assurant qu'il ne puisse pas tomber (barrière...). La plupart des mères qui allaitent dorment automatiquement face à leur bébé, avec le corps dans une position qui empêche le bébé de se retrouver sous les couvertures ou dans l'oreiller.
- Si vous n'allaitez pas, il n'est pas conseillé de dormir avec votre bébé car votre sommeil est plus profond que celui des femmes qui allaitent, leur sommeil est plus léger grâce à l'hormone de l'allaitement (prolactine).

Un système de lit co-dodo normalisé ou un matelas dédié reste l'idéal.

LE CO-SLEEPING

IL N'EST PAS CONSEILLÉ DE PARTAGER LE LIT AVEC VOTRE BÉBÉ :

- S'il est né prématuré ou s'il pèse moins de 2 Kg.
- Si vous fumez (peu importe l'endroit et le moment).
- Si vous avez consommé de l'alcool.
- Si vous avez pris un médicament en particulier un somnifère ou une drogue qui pourraient vous rendre plus somnolente.
- Si vous êtes anormalement fatiguée à tel point qu'il vous serait difficile de répondre aux besoins du bébé.

Tout cela pourrait augmenter le risque d'accident.

Si vous pensez que vous ne pouvez pas réunir toutes ces conditions de sécurité, il est préférable de coucher bébé dans son lit auprès de vous avant de vous endormir.

Comme alternative, il existe des systèmes d'accrochage du lit de l'enfant avec le lit des parents permettant une bonne proximité avec un maximum de sécurité.



QUE FAIRE QUAND BÉBÉ PLEURE ?

réseau
sécurité
naissance
NAITRE ENSEMBLE

ars
Agence Régionale de Santé
Pays de la Loire

réseau
sécurité
naissance
NAITRE ENSEMBLE



Tous les bébés pleurent c'est normal.

Un bébé en bonne santé peut pleurer plusieurs heures par jour (souvent en fin de journée), pendant les 1^{ers} mois de vie avec un pic autour de 2 mois.

Accompagner
les pleurs du bébé
en bonne santé



Courbes des pleurs



Pourquoi bébé pleure ?

Il a...



Les pleurs sont un moyen d'expression.
Un bébé peut pleurer sans raison identifiable et de façon prolongée. **Ce ne sont pas des caprices.**

Comment apaiser bébé ?

Observez-le pour apprendre à répondre à ses besoins, vous pouvez lui parler calmement ou chanter, le bercer doucement, lui proposer à boire, vérifier s'il n'a pas chaud ou froid, lui changer sa couche, l'emmener dans un endroit calme, le promener, le porter, lui masser le ventre ou le dos, lui proposer le sein ou une tétine...

Rien ne sert de tout faire en même temps, une action à la fois.

Même si vous avez "tout bien fait" votre bébé pourra continuer à pleurer.

> Cette plaquette aborde les pleurs du bébé et les émotions qu'ils entraînent chez l'adulte. Elle a pour but de vous aider à savoir comment réagir.



Le Réseau Sécurité Naissance - Naitre Ensemble est le réseau des maternités et des professionnels de la périnatalité de la région Pays de la Loire.

QUE FAIRE QUAND BÉBÉ PLEURE ?

Parfois, vous vous sentez énervés, fatigués, incompétents, stressés, impatients, voire déprimés. **Vous avez besoin de repos, n'hésitez pas à demander de l'aide.**

Ne restez pas seuls parlez en !

Thermomètre des émotions

La colère est une émotion normale, tous les parents la ressentent face à un événement hors de contrôle. En cas de pleurs inconsolables, savoir **gérer ses émotions** est primordial. Prendre du recul et évaluer **son niveau de colère** est un bon exercice.

À quel moment je dois m'éloigner de mon bébé ?

À quel moment je peux revenir auprès de lui ?

Où est-ce que je me situe ?

Exprimer notre colère par des cris ou des gestes est dangereux pour le bébé.

Garder le contrôle, c'est vital !

Secouer est dangereux, secouer peut tuer ou handicaper à vie. Une seule fois peut suffire.



Vous avez fait de votre mieux, il pleure toujours...

Les pleurs persistants peuvent être inquiétants, irritants et même insupportables.

1. Que faire pour bébé ?

- Passez le relais, confiez bébé.
- Si vous êtes seul, dans l'immédiat : couchez le bébé **sur le dos, dans son lit** et quittez la pièce. **Votre bébé peut continuer à pleurer, il est en sécurité. Vous avez fait ce qu'il faut pour lui, même si vous n'arrivez pas toujours à calmer votre enfant.**

2. Et pour vous ?

Pour se changer les idées, diminuer la tension !

- Changer de pièce.
- Respirer calmement.
- Boire un verre d'eau.
- Appeler un proche, un ami.
- ...



À chacun ses solutions !

Quelles sont les vôtres ?

Quelles personnes peuvent vous soutenir ?

-
-
-
-

Vous pouvez trouver du soutien auprès :

- De vos proches, personnes de confiance (famille, amis, voisins).
- Des professionnels de santé : puéricultrices de PMI, sages-femmes, pédiatres, médecins généralistes.
- Urgences pédiatriques ou le 116-117 ou le 15 > les week-ends, les nuits ou les jours fériés.
- Allo parents bébé N° 0800 00 3456 > du lundi au vendredi de 10h à 21h.
- Des associations, structures (lieux d'accueil enfants parents) existent. Les professionnels de santé, la PMI, la CAF peuvent vous orienter :



Si vous êtes amenés à faire garder votre bébé, parlez des pleurs avec les personnes à qui vous le confiez (en leur montrant cette plaquette par exemple).

Ce document est le fruit d'un travail collaboratif pluriprofessionnel associant des professionnels des maternités et services de néonatalogie de la région, les PMI, CAF et l'ARS.

Qu'est ce que le Réseau Sécurité Naissance "Naitre Ensemble" des Pays de la Loire ?

Les 23 maternités des Pays de la Loire, avec les 13 services de néonatalogie et tous les professionnels de la périnatalité, sont organisées pour proposer aux mères et aux couples la sécurité optimale dans le respect des choix des lieux d'accouchement et des projets de naissance.



Coordination :

Réseau Sécurité Naissance - 3 rue Marguerite Thibert - 44200 Nantes
Tél : 02 40 48 55 81 - E-mail : coordination@reseau-naissance.fr
www.parents.reseau-naissance.fr

LES RELAIS

J'ai besoin d'aide, qui contacter ?

1. LES SAGES FEMMES LIBÉRALES DE VOTRE CHOIX

Leurs coordonnées sont répertoriées sur les pages jaunes.

2. L'ÉQUIPE DES PUÉRICULTRICES DE LA MAISON DÉPARTEMENTALE DE LA SOLIDARITÉ ET DE LA FAMILLE

Ø Circonscriptions :

LES SABLES D'OLONNE

Tél : 02 51 04 62 20

mddf.sables@vendee.fr

SAINT GILLES CROIX DE VIE

Tél : 02 51 49 68 00

LA MOTHE ACHARD

Tél : 02 28 85 76 20

SAINT JEAN DE MONTS

Tél : 02 51 49 68 40

Ø Autres centres médico-sociaux :

- Challans Tél : 02 51 49 68 68

- La Roche sur Yon Tél : 02 28 85 89 89

- Luçon Tél : 02 51 97 69 69

3. ASSOCIATIONS DE SOUTIEN À LA PARENTALITÉ

- Les Capucines Espace ressources familles aux Sables d'Olonne 02 51 96 92 28

- Le Carrousel Lieu d'Accueil Enfants Parents au Pays des Olonnes 06 89 92 50 26

Site les 1000 premiers jours : 1000 premiers jours - Là où tout commence (1000-premiers-jours.fr)

4. LES ASSOCIATIONS DE PARENTS

- Association « grandir ensemble »

site : www.grandirensemble85.com – Tel : 07 82 90 38 85

- etreparent85.fr pour de multiples informations

5. RÉSEAU SÉCURITÉ NAISSANCE

Page d'informations dédiée aux parents : <https://parents.reseau-naissance.fr>



IOS



Android



Vous pouvez revenir pour des conseils et contrôler le poids avec l'équipe de maternité.

Contact possible au 02.51.21.86.57.