

Où trouver de l'aide en rentrant à la maison?

Pour trouver du soutien, plusieurs possibilités :

- ❑ Les **consultations** avec votre sage-femme libérale, médecin généraliste, pédiatre de ville ou à la PMI.
- ❑ La **consultation de lactation à Jeanne de Flandre** (du lundi au vendredi 03 20 44 59 12 ou sur Doctolib/maternité/CHU Lille)
- ❑ **Allait'écoute** : un professionnel de l'allaitement vous répond tous les soirs de 18h à 21h au 03 10 01 01 01
- ❑ **Les associations de soutien à l'allaitement** :
 - > La Leche League
<https://www.llfrance.org/contacts/besoin-d-aide>
 - > Allaitement Nord Parentalité : 06 52 66 01 19
www.facebook.com/allaitementNord



Pourquoi le « peau à peau » à la naissance ?

Pour **réchauffer, réconforter, apaiser votre nouveau-né**

Le peau à peau est proposé pendant les deux premières heures de vie du bébé et peut être renouvelé tout au long du séjour.



Pourquoi une proximité 24h/24h à la maternité ?

Pour **se découvrir, se rassurer, tisser des liens familiaux**

La présence du coparent ou d'un accompagnant est un soutien important de jour comme de nuit pendant le séjour en maternité.

Une couchette sera mise à sa disposition.



Bienvenue à la maternité Jeanne de Flandre



Avenue Eugène Avinée
59000 Lille

03 20 44 59 62

maternite.chru-lille.fr



Pour vous préparer à l'arrivée de votre bébé nous vous proposons

❑ **Soirée de présentation de la maternité :** le lundi de 17h à 18h15, en grand groupe (amphithéâtre 3ème étage, ascenseur violet)

❑ **Matinée Infos Bébé :** tout ce que vous voulez savoir sur le bébé : ses besoins, ses rythmes, son alimentation, son sommeil, animée par une puéricultrice le jeudi de 9h45 à 12h en groupe (3ème étage, ascenseur violet).

Pour vous inscrire ou assister de chez vous à la séance infos bébés, RDV sur :
<http://maternite.chru-lille.fr/ma-grossesse/nos-moments-de-rencontre-et-de-partage>

ou flashez ce QR code



❑ **La préparation à la naissance :**

7 séances en petit groupe

- > soit auprès de sages-femmes en ville
- > soit sur place. Les inscriptions se font auprès des hôtesse d'accueil ou au 03 20 44 59 12 poste 37389

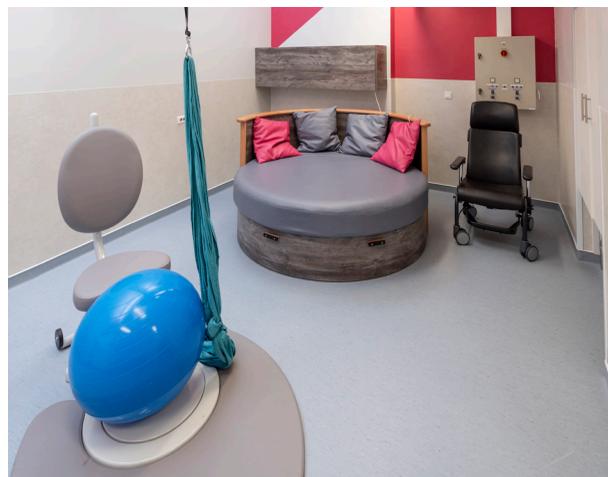


Comment faciliter le travail et l'accouchement ?

❑ En vous **préparant** à la naissance.

❑ En discutant de votre **projet de naissance** avec la sage-femme ou l'obstétricien qui vous suit.

❑ En étant à l'**écoute de vos besoins** : présence d'un accompagnant, confort, choix des positions, luminosité, hydratation, ballon, musique, bain...



Quels sont les bienfaits de l'allaitement maternel ?

Pour bébé :

Une croissance optimale
moins d'infections (moins d'hospitalisation)
moins d'obésité et de diabète
moins d'allergies.

Pour maman :

Une perte de poids plus rapide (-600 Kcal/jour)
moins de cancer du sein
Une pratique écologique et économique.

Pour les deux :

Une proximité qui renforce le lien maman-bébé.



Des questions ? Des interrogations sur l'allaitement ? Nous y répondons...

SAVEZ-VOUS QUE :

- **Une tétée dès les premières heures** qui suivent la naissance facilite la mise en route de l'allaitement. Pour les mamans qui n'ont pas fait leur choix, une tétée en salle de naissance est possible.

- **Le lait maternel** est adapté à votre bébé et il évolue en fonction de son âge et de ses besoins. Il est **suffisant au cours des six premiers mois de vie : pas besoin de complément ou de tétine**. Il reste bénéfique lors de la diversification alimentaire jusqu'aux 2 ans de l'enfant (recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé).

ET EN PRATIQUE ?



- Votre bébé vous montrera par des **signes d'éveil**, qu'il est prêt à manger : il baille, s'étire, porte ses mains à la bouche, salive...

- Au cours de l'allaitement, **des tétées fréquentes** assurent une production de lait suffisante : plus le bébé tète, plus vous aurez de lait. C'est la loi de « l'offre et la demande ». Pour qu'il obtienne du lait, et que la tétée soit agréable, **votre installation et la position** de la bouche de votre bébé sur le sein sont importantes.

- Si vous choisissez le biberon, nous vous expliquerons en maternité comment le préparer et le donner à votre bébé.