



# JOUR 8 : PREMIERS INSTANTS A LA MATERNITÉ

Voici quelques points à regarder aujourd'hui et quelques recommandations pour que la rencontre avec bébé et les premiers instants soient inoubliables.

1. Es-tu au clair sur ton projet de naissance concernant le protocole de la maternité et les différentes interventions qui peuvent être faites sur le bébé comme le clampage du cordon, l'aspiration des sécrétions, l'administration de Vitamine K et de l'onguent ophtalmique.

2. La naissance est une étape clé de la vie d'un individu qui marquera toute sa vie. C'est un rite de passage. Quel message aurais-tu envie de transmettre à ton enfant, lorsqu'il sera posé en peau à peau.

3. Dans les heures, jours à venir prend un moment pour écrire tes premières impressions après ton accouchement (Vécu, moments importants).

4. L'accouchement est un moment physique intense. Ecris ce que tu désires vivre pour cette première journée. Prévois beaucoup de repos et un premier repas spécifiquement adapté comme un bouillon.