



## Les recommandations du bébé allaité à son papa

- Avant ma naissance, renseigne toi sur les meilleures façons de bien démarrer l'allaitement.  
Les quelques clés sont simples et tu pourras nous aider à les mettre en pratique.
- Renseigne toi sur les relais qui pourront t'apporter conseils et soutien. Note les contacts (numéro de téléphone, courriels, rencontres) des associations de soutien à l'allaitement.
- Si tu le peux, sois présent lors de ma rencontre avec maman, demande qu'on puisse faire du peau à peau tout de suite, en salle de naissance, et peut être découvrir alors notre première tétée... Ne permet pas qu'on soit séparés à la naissance (sauf raison médicale)
- Refuse pour moi et maman, les visites fatigantes de la famille et des amis (et des inconnus).  
Nous avons besoin de calme et de temps pour faire connaissance. Préserve notre tranquillité et apporte nous toute ta protection. Après la naissance, les mamans sont souvent fragiles.
- Refuse biberon et tétine. Ils viennent perturber notre allaitement et peuvent le compromettre.
- Ne permets pas que maman et moi soyons séparés. J'ai besoin de la chaleur et du lait de ma maman, aussi bien la nuit que le jour. Les mamans séparées de leur bébé ne se reposent pas mieux.
- Tu peux aider maman à se reposer en l'aidant au mieux : cuisine, courses...pour qu'elle puisse se consacrer entièrement à moi et le démarrage de notre relation d'allaitement...
- La nuit, tu peux venir me chercher et me glisser au sein de maman sans qu'elle se réveille entièrement.
- J'aime être porté, bercé, câliné...n'aie crainte de me rendre capricieux, j'ai besoin de relations chaleureuses et de maternage pour bien grandir.
- Ne reste pas avec des interrogations, ou des doutes sur l'allaitement. N'hésite pas à contacter les associations ou participer à leurs rencontres.

