



Votre bébé a entre 37 et 40 semaines

www.chirec.be



Toucher et portage

Ce à quoi il faut être attentif

- » La peau de votre bébé est mature mais reste tout de même sensible.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » Votre bébé supporte mieux les manipulations, les caresses. Prévenez votre bébé avant de le toucher en lui parlant.
- » Le peau à peau est un moment important pour vous et votre bébé.
- » Promenez-vous avec votre bébé en écharpe.

**Les organes et les sens
de votre bébé sont développés.**

Sommeil

Ce à quoi il faut être attentif

- » Son rythme veille/sommeil est facilement identifiable. Observez votre bébé.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » Respectez le sommeil de votre bébé.
- » Profitez des moments d'éveil pour entrer en contact avec lui.

**Les rythmes d'éveil
et de sommeil sont facilement
identifiables.**

L'alimentation

Ce à quoi il faut être attentif

- » Votre bébé exprimera qu'il a faim.
- » Adaptez vous au rythme de votre bébé.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » S'il est éveillé avant le repas en tulipe, faites lui goûter quelques gouttes de lait sur sa tétine.
- » Diminuez le bruit et l'activité pendant le repas.
- » Proposez à manger à votre bébé dès qu'il en montre l'envie; votre présence à ses côtés est primordiale.
- » Privilégiez toujours les mises au sein avant de tirer votre lait.

L'alimentation est la priorité.

Le positionnement

Ce à quoi il faut être attentif

- » Votre bébé est capable de maintenir une position fléchie, idéale pour son développement.
- » Il est capable d'avoir des mouvements contrôlés.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » Aidez-le à rester en flexion; maintenez ses bras et ses jambes repliés et ses mains proches du visage.
- » Adaptez votre soutien en fonction des compétences de votre bébé.
- » Adaptez son couchage à ses besoins.
- » Favorisez le change sur le côté.
- » Pour le bain, adaptez l'emballage aux compétences de votre bébé.

**La position dite « en flexion »
est la meilleure pour
son développement.**

Regard, audition, odorat

Ce à quoi il faut être attentif

- » Votre bébé vous regarde, entre en interaction avec vous.
- » Il est capable de mieux tolérer le bruit et la lumière.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » Interagissez avec votre bébé lors de ses phases d'éveil.
- » Privilégiez le rythme naturel jour-nuit en ouvrant les tentures la journée et en limitant la lumière la nuit.
- » Évitez toujours le bruit et les odeurs trop importants.

**Votre bébé explore
son environnement.**

