Ramener votre bébé à la maison

Préparer la voiture

Apprenez comment utiliser le siège d'auto avant de devoir vous en servir avec l'enfant. Apportez-le à l'hôpital en prévision du retour à la maison. La loi exige que votre bébé soit installé correctement, face vers l'arrière du véhicule, dans un siège d'auto conforme aux Normes de sécurité des véhicules automobiles du Canada, et ce, en tout temps, sauf dans un taxi. Pour en savoir plus, consultez la section La sécurité de bébé. On y explique comment choisir un siège d'auto et l'utiliser de manière sécuritaire.

Préparer votre demeure

Assurez-vous d'avoir une bonne provision de couches, de couvertures et de vêtements, et un espace sécuritaire et ferme où dormir (voir Le sommeil).

Préparer votre famille

Avant la naissance, pensez à la façon dont vous aimeriez inclure votre famille et vos amis dans l'horaire de vos premières semaines à la maison. Assurez-vous de prévoir beaucoup de temps que vous consacrerez à vous reposer, à dormir... et à vous occuper de votre bébé.

Pour aider les enfants plus âgés à accueillir le nouveau bébé :

- donnez-leur plus d'affection et d'attention
- lisez des livres ou regardez ensemble des vidéos sur la grossesse, sur le fait d'être un frère ou une sœur et sur ce qui se passera quand le bébé arrivera à la maison
- donnez-leur la chance de s'habituer à vivre avec la famille ou les amis avec qui ils seront pendant que vous donnerez naissance à votre enfant
- faites les gros changements comme l'apprentissage de la propreté plusieurs mois avant ou après l'arrivée du nouveau bébé
- donnez-leur de nouvelles responsabilités, par exemple celle de chanter pour le nouveau bébé
- ne vous en faites pas si vos enfants se mettent à avoir des comportements de bébé pendant quelque temps

FAMILLE ET AMIS

Ce que vous pouvez faire

- Appelez avant de rendre visite aux nouveaux parents et ne restez pas trop longtemps.
- Ne visitez pas les nouveaux parents si vous êtes malade et n'embrassez personne si vous avez un feu sauvage.
- Lavez-vous les mains avant de toucher le bébé.
- Ne fumez pas ou ne vapotez pas dans la maison.
- Apportez un repas tout prêt et demandez si vous pouvez faire autre chose pour aider.
- Célébrez le nouveau bébé en honorant les traditions culturelles de la famille.
- Songez à vous faire vacciner contre la grippe au préalable.
- Envisagez de vous faire vacciner contre la COVID-19.

CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE

Dans la mesure du possible, prenez des jours de congé au travail pour l'arrivée du nouveau bébé. En plus d'être en mesure de mieux soutenir votre partenaire, vous pourrez en profiter pour tisser un lien avec votre bébé et profiter de sa présence.

Préparer vos animaux de compagnie

Prévoyez quelqu'un qui prendra soin de vos animaux de compagnie durant le travail et décidez à l'avance de la personne qui s'en occupera une fois que le nouveau bébé sera à la maison.





