



Qu'est-ce qui est important pour notre famille? Comment ça se passe?



		Je me sens sûr(e) de moi	Je trouve cela difficile parfois	Ce n'est vraiment pas drôle	À l'aide !	Je me sens impuissant(e)
Bébé	1. Croissance et développement du bébé 					
	2. Amour et lien avec votre bébé 					
	3. Soins et sécurité 					
	4. Perception de la parentalité 					
Parent	5. Accouchement et période de maternité 					
	6. Santé et soins personnels 					
	7. Sentiments 					
	8. Partenaire et répartition des tâches 					
Environnement	9. Logement/Travail/Argent/Événements difficiles 					
	10. Famille/Amis/Voisinage/Soins de maternité/Prestataires de santé 					
De quoi avons-nous besoin maintenant?						

Notre bébé a pris un bon départ:

- il boit, il grandit, il dort bien
- il est éveillé et content
- il réagit à la voix, à l'odeur et au toucher

Notre bébé est le bienvenu:

- j'accepte mon bébé, je lui porte attention, je réponds à ses besoins
- je tiens compte de sa vulnérabilité

Nous parvenons à fournir à notre bébé:

- alimentation, soins, vêtements
- endroit sûr pour dormir, hygiène, chauffage
- soins médicaux, surveillance et attention

Je prends plaisir à ma condition de parent:

- j'exprime mes questions ou préoccupations éventuelles

Nous avons vécu la naissance de notre bébé de manière positive:

- en cas de complications, les mesures appropriées ont été prises.

Je me rétablis bien:

- Je prends bien soin de moi
- Je me repose suffisamment
- Je mène une vie saine

Je suis capable de gérer mes émotions:

- Je parle de ma joie, de mon insécurité, de mes doutes et de mes craintes
- Je suis capable de gérer le stress

Je me sens soutenu(e) par ma/mon partenaire:

- Nous avons vécu la naissance ensemble
- Nous nous sommes mis d'accord sur la répartition des tâches

Notre famille se porte bien:

- Nous sommes en bonne santé et nous nous sentons bien.
- Il y a du travail et assez d'argent.
- Notre logement est agréable.
- Nous ne sommes pas affectés par des événements difficiles.

Ma famille est assez soutenue:

- Notre famille et nos amis nous aident
- Les gens du quartier, les équipes médicales de maternité et de santé nous aident, si nécessaire