



# Rencontre postnatale

---

---

## TABLE DES MATIÈRES

Objectif général.....	3
Objectifs spécifiques.....	3
Déroulement .....	3
Contenu .....	3
<b>1. Présentation des familles .....</b>	<b>3</b>
<b>2. Grossesse, travail et accouchement .....</b>	<b>4</b>
<b>3. Retour à la maison .....</b>	<b>4</b>
<b>4. Renseignements sur les ressources du milieu .....</b>	<b>4</b>
<b>5. Évaluation du degré de satisfaction des participants au regard des rencontres prénatales .....</b>	<b>5</b>
<b>6. Mot de la fin.....</b>	<b>5</b>
Matériel fourni par les CSSS ou à se procurer au besoin.....	6



# Rencontre postnatale

## OBJECTIF GÉNÉRAL

- Consolider la compétence des parents et les informer de la présence de différentes ressources de soutien dans leur milieu.

## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Inviter les parents à exprimer leurs attentes et à cerner leurs besoins.
- Permettre aux participants de s'exprimer sur leur vécu entourant la naissance.
- Déterminer avec les participants les attitudes et les gestes favorisant le lien d'attachement.
- Discuter avec les participants des moyens qu'ils ont utilisés pour faire face aux différentes problématiques vécues.
- Renseigner les participants sur les ressources existantes dans leur milieu.
- Évaluer avec les participants leur degré de satisfaction au regard des rencontres prénatales.

## DÉROULEMENT

- Présentation des familles
- Grossesse, travail et accouchement
- Retour à la maison
- Renseignements sur les ressources du milieu
- Évaluation du degré de satisfaction des participants au regard des rencontres prénatales
- Mot de la fin

## CONTENU

Échange avec les parents sur leur vécu entourant la naissance.

### 1. PRÉSENTATION DES FAMILLES

Présentation du nouveau-né : prénom, caractéristiques, goûts et personnalité.

- Qu'aime-t-il particulièrement?
- Quels gestes ou attitudes ont favorisé le lien d'attachement?

- Avez-vous connu des moments plus difficiles avec votre bébé?
- À partir de quel moment vous êtes-vous réellement sentis parents?
- Y a-t-il une différence entre le rêve et la réalité?

## 2. GROSSESSE, TRAVAIL ET ACCOUCHEMENT

L'animatrice poursuit la rencontre en abordant les éléments suivants :

- Pendant la grossesse, y a-t-il des renseignements importants que vous auriez aimé recevoir? À quel moment et par qui?
- Pouvez-vous nous parler de votre expérience lors du travail et de l'accouchement?
- Que pensez-vous du soutien que vous avez reçu en milieu accoucheur :
  - pour la femme?
  - pour l'homme?
- Comment avez-vous trouvé les services que vous avez reçus en centre hospitalier ou en maison de naissance :
  - pendant la grossesse?
  - durant le travail et l'accouchement?
  - pour vous?
  - pour votre nouveau-né?
  - pour le soutien à l'allaitement?
  - et autres?

## 3. RETOUR À LA MAISON

Les parents peuvent poursuivre leur réflexion en répondant aux différents points suivants :

- Parlez-nous des services reçus par le personnel du CLSC à votre retour à la maison?
- Quel article pour le bébé ou pour vous-mêmes, vous êtes-vous procuré et que vous pensez nécessaire?
- Quelles sont vos priorités aujourd'hui?
- Quel est votre plus grand besoin?
- Avez-vous reçu de l'aide après la naissance de votre bébé de la part de vos proches ou d'un organisme communautaire? Si oui, comment évalueriez-vous cette aide?
- Quels trucs avez-vous essayés pour résoudre différents problèmes?

## 4. RENSEIGNEMENTS SUR LES RESSOURCES DU MILIEU

L'animatrice informe les parents de différentes ressources mises à leur disposition :

- Centres de santé et de services sociaux du territoire
- Ligne Info-Santé CLSC
- Centres de la petite enfance
- Organismes communautaires :
  - Groupe Les Relevailles
  - Groupes d'entraide en allaitement :
    - ✓ Aidons-Lait;
    - ✓ Allaitement Québec;

- ✓ Chantelait;
- ✓ Entraide Naturo-Lait;
- ✓ Mamie-Lait.
- Les Accompagnantes
- La Maison ouverte
- Maisons de la famille
- Tous les autres organismes de soutien
- Il existe également des activités et des lieux de rencontre pour les nouveaux parents, lesquels utilisez-vous? Lesquels connaissez-vous? (Cinéma, loisirs, centres sportifs etc.)

## 5. ÉVALUATION DU DEGRÉ DE SATISFACTION DES PARTICIPANTS AU REGARD DES RENCONTRES PRÉNATALES

L'animatrice demande aux parents d'évaluer les rencontres prénatales :

- L'information reçue était-elle pertinente?
- Quels changements apporteriez-vous aux rencontres?

## 6. MOT DE LA FIN



## MATÉRIEL FOURNI PAR LES CSSS OU À SE PROCURER AU BESOIN

- Craies, crayons, tableau et papier
- Liste des ressources du milieu
- Articles pouvant assurer le confort de la famille (chaises berceuses, matelas, oreillers, coussins, etc.)
- Lieux pour allaiter, pour endormir le bébé et pour le changer de couche

### À la fin de cette rencontre, les participants devraient être en mesure de :

- réaliser que leur expérience est unique;
- utiliser au besoin des ressources pour les soutenir;
- comprendre que l'on ne naît pas parent, on le devient.

### Note

Les parents assistent à la rencontre postnatale pour renouer avec les personnes qu'ils ont connues lors des rencontres prénatales et qui vivent une expérience semblable à la leur. Ils viennent se faire rassurer sur le développement de leur enfant, trouver des solutions, créer des liens et partager des informations. Cette rencontre, entre la 4<sup>e</sup> et la 8<sup>e</sup> semaine après la naissance du bébé, a lieu souvent au moment où les services sont moindres et que les parents se sentent seuls et isolés. Les fleurs sont fanées, le père est retourné au travail, les grands-parents sont de retour à leur domicile, les visiteurs se font plus rares et le téléphone a cessé de sonner.

Il arrive que cette rencontre d'information se transforme en une rencontre sociale où les familles échangent entre elles. Les nouveaux parents ressentent un besoin de partage et de socialisation très grand. Il n'est pas rare de les voir remettre leur numéro de téléphone ou leur adresse courriel à d'autres parents présents à la rencontre.

Les parents sont les maîtres d'œuvre de cette rencontre. Laissons-leur toute la place! Et gardons bien en tête que bien sûr :

**Être parent, ça s'apprend!**