

ILS PEUVENT...

En post-partum (6 semaines minimum après la naissance) comme aide concrète à domicile aux nouvelles mamans, les papa, mamies, papis, grands-parents, tatis, tontons,... devraient parfois ou régulièrement :

Faire la cuisine,
Mettre la table,
Servir les enfants,
Desservir et essuyer la table,
Passer le balai
Fermer et descendre la poubelle.

Faire la vaisselle :
Vider puis remplir le lave-vaisselle,
Penser à le mettre en route,
Faire ce qui reste à la main,
Essuyer et ranger.

Faire le ménage :
Ranger et nettoyer le salon, la cuisine, les chambres, la salle de bain, les toilettes, le couloir...
Faire la poussière sur les meubles, les plinthes...
Enlever les toiles d'araignée
Passer le balai ou l'aspirateur dans chaque pièce.

Gérer le linge : le trier, le porter, le laver, le sortir, l'étendre, le plier, le repasser, le ranger.

Passer à la pharmacie, à la boulangerie...
Faire les courses au marché ou au supermarché.
Ranger les courses dans le réfrigérateur ou les placards.

S'occuper des autres enfants :
Jouer avec eux,
Répondre à leurs multiples besoins (sécurité, propreté, boissons, nourriture...)
Leurs donner le bain

Ranger, ranger et ranger encore...

Gérer les conflits,

Surveiller les devoirs.

Les emmener ou les ramener de la crèche, école, collège ou lycée...

Les véhiculer à leurs activités extra scolaires (au sport, musique...)

En plus, après la naissance :

Relayer la maman auprès du ou des bébés (la nuit aussi) :

Le(s) baigner, le(s) changer, le(s) bercer, le(s) porter dans un porte-bébé, le(s) promener pour le(s) calmer et l'(les) endormir...

Donner le petit doigt à téter (propre, sans ongle, pulpe en haut)...

Aider à mettre le(s) bébés au(x) seins ; surtout en cas de césarienne ou naissance précoce ou difficile et pour les tétées simultanées des jumeaux (même si occasionnellement au début)

Accueillir les visiteurs (les servir, leur parler...).

Gérer les visites et les appels téléphoniques.

Rassurer les autres enfants (câlins, bisous, tendresse...).

**Les femmes font tout cela chaque jour,
alors les autres peuvent le faire aussi à leur
tour après la naissance d'un nouveau-né.**

Laisser les faire et demander de l'aide.

Stéphanie KELLER - SMAM 2007