J’ai plein de questions!

Vous allez rencontrer votre sage femme ou obstétricien tous les mois, n’hésitez pas à lui poser toutes les questions nécessaires, il n’y a aucun tabou.

Les cours de préparation à la naissance vont également permettre de répondre à beaucoup d’interrogations, inquiétudes ou appréhensions.

Des associations locales :

Une association locale d'aide à la parentalité et à l'allaitement : Tout P'tits 41 sur Facebook ou Instagram

Un groupe de parole spécialisé dans le deuil périnatal : nos petites étoiles (infos sur face book)

Association les pâtes au beurre

Actions de prévention en périnatalité et petite enfance de la CPTS la salamandre

La maison ouverte à Blois, aide à la parentalité

Des livres :

- **Mon cours de préparation à l’accouchement,** ***Dr Bernadette de Gasquet***
- **La naissance en BD, tomes 1, 2 et 3**
  Lucile Gomez

Des Sites internet :

- Alimentation durant la grossesse, projet d'allaitement ou l'alimentation de votre enfant : https://www.mangerbouger.fr/
- Activité physique durant la grossesse : https://www.sports.gouv.fr/guide-de-la-pratique-sportive-pendant-la-maternite-824
- Conseils sur l'accompagnement à la parentalité, : https://www.1000-premiers-jours.fr/fr
- Pour vous renseigner et vous orienter au niveau régional, depuis votre grossesse jusqu'à la naissance de votre bébé : https://www.perinatalite-centre.fr/
- Préparation de l'environnement de votre bébé en limitant les perturbateurs endocriniens : https://www.projetfees.fr/outils-2/outils/
- Ressource pour les couples qui attendent des jumeaux : https://www.jumeaux-et-plus.fr/
- Accompagner de la prématurité: https://www.sosprema.com/
- Accompagnement du deuil périnatal: https://www.association-spama.com/ https://www.petiteemilie.org/page/1471220-accueil
- Accompagnement du baby blues ou de la dépression du post partum: https://www.maman-blues.fr/
- ANJPV: soutien aux frères et sœur endeuillés