

Une étape importante dans votre vie

Dr Éric Englebert

La venue au monde d'un enfant



Illustré par
Claude K. Dubois

Parce qu'avec la naissance, bien des changements s'opèrent, ce petit livre vous est offert pour vous proposer un temps de réflexion et peut-être faire avec vous un petit bout de chemin, prendre le temps de partager des émotions, d'être à l'écoute de son corps et de ses questionnements....

Parce que donner la vie, c'est s'ouvrir à l'autre et veiller à son bien-être, la venue d'un enfant se prépare avec l'aide de votre entourage et de professionnels de santé prêts à vous accompagner et à répondre à vos questions.

Dr. Eric Englebert

"Une maman se révèle dès qu'elle sent son ventre s'arrondir et sa poitrine se tendre."

*Extrait de "Le petit livre de maman"
de Jean Gastaldi.
Editions du Rocher. Mai 2002.*

© 2009 – Dr. E. Englebert et Claude K. Dubois
pour le texte d'introduction et les illustrations.































Naître et grandir... c'est tellement mieux sans tabac !

Arrêter de fumer dès que possible durant la grossesse vous permettra de vous sentir mieux et de protéger votre bébé de nombreux risques pour sa santé. Dès que vous aurez arrêté de fumer depuis 48 heures, votre bébé sera mieux oxygéné, et pourra continuer à bien se développer.

Besoin d'aide ?

Parce qu'arrêter de fumer n'est pas toujours facile, vous pouvez vous faire aider par un professionnel de la santé. Les consultations pour arrêter de fumer auprès de médecins et de tabacologues sont à présent remboursées.

Plus d'informations sur les aides possibles ?

Pour consulter la liste des tabacologues de votre région :

www.grossessesanstabac.be

www.fares.be

La Ligne Tabac Stop (0800 111 00) est gratuite et accessible en semaine de 15 à 19h. Des conseils, des informations et/ou un accompagnement y sont offerts par des tabacologues.

www.tabacstop.be

Une publication réalisée avec le soutien du
Fonds Fédéral de lutte contre les Assuétudes



Cette brochure est née d'une réflexion menée par le Centre d'Aide aux Fumeurs du CHU de Liège. Qu'il soit ici remercié pour cette initiative que nous avons souhaité partager avec d'autres en élargissant sa diffusion.

L'équipe du Service Prévention Tabac du FARES

Dépôt légal : D/2009/5052/1
Editeur responsable : JP. Van Vooren – FARES, asbl
Rue de la concorde 56 à 1050 Bruxelles

Conception et réalisation maquette : Nathalie da Costa Maya, CDCS asbl
Impression et brochage : Imprimerie Corelio Printing
Imprimé en Belgique sur papier certifié PEFC respectueux de l'environnement.

Dr Éric Englebert

La venue au monde d'un enfant

Illustré par Claude K. Dubois



Parce que la naissance suscite
bien des bouleversements.

Parce que donner la vie,
c'est s'ouvrir à l'autre et veiller
à son bien-être.

Un livre, tout en sensibilité,
pour aider à apprivoiser
le changement et se faire aider.