



**COMPLÉMENT VIDEO:  
COMMENT BIEN  
POSITIONNER TON BÉBÉ**

**METHODE  
JANAÉ**

***Guide pour vivre un  
allaitement épanoui***

Marie-Line Combes



# Comment améliorer la prise au sein de bébé, en vidéo :

Je t'invite à **regarder cette vidéo** qui est très explicative:

## **Vidéo tétée de bébé**

Je te fais ici le mémo des points clés à retenir :

à 4'51



être patiente, **attendre que bébé ouvre très grand la bouche**





puis, **amener bébé** vers le sein



en poussant derrière les épaules ( ne pas saisir la nuque)





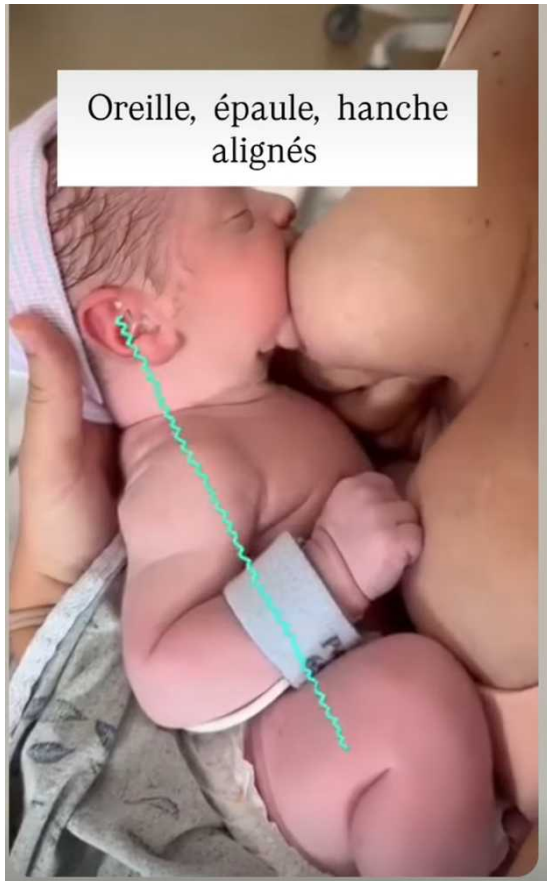
## L'astuce à tester : la prise en sandwich

si grosse poitrine,  
la compresser légèrement en forme de sandwich, en formant un C avec la main , pour  
qu'elle rentre + facilement dans la bouche de bébé



## Les repères visuel à checker

**\* du côté de bébé :** nez /épaules/hanches du bébé doivent être alignés



**\* ce que la maman doit voir (vue de dessus)**



une partie de l'aréole peut être vue de dessus



le menton du bébé touche le sein



nez bien dégagé



J'espère que ce guide t'aura aidé dans tes premiers pas avec l'allaitement. Tu poses ainsi tes fondations. **Sans ces bases essentielles, difficile de poursuivre sereinement ton allaitement** (*même si encore une fois, je suis convaincue qu'il est possible de rattraper un mauvais départ*).

**Bravo ! Ta belle aventure d'allaitement a démarré** et cela ne fait commencer! Peut être que d'autres défis t'attendent sur ce parcours. **Garde confiance!**

**Je suis toujours là pour t'aider et t'accompagner si besoin.** Je réponds à tes questions.

Je t'invite à **me suivre et à t'abonner sur mes différents canaux de communication** pour rester connectées et ne louper aucune info !



[www.jallaiteaunaturel.com](http://www.jallaiteaunaturel.com)



[marieline.jallaite au naturel](https://www.instagram.com/marieline.jallaite_aunaturel)



[Page Facebook jallaiteaunaturel](https://www.facebook.com/jallaiteaunaturel)



Au plaisir de te retrouver bientôt.



Marie-Line

**PS: Envoie-moi de tes nouvelles par mail /DM/ messenger...**





Un retour sur ce guide pour me dire ce qu'il t'a apporté et s'il t'a plu, me ferait très plaisir! Cela me serait très utile afin de l'améliorer pour d'autres futures mamans!

## *Mise en garde/ partage*

*Vous disposez des droits de diffusion de cet e-book exclusivement au format pdf.*

***Vous pouvez distribuer et partager cet e-book librement autour de vous à vos amis, connaissances et relations, à la condition expresse de ne rien modifier au contenu*** (textes, images, copyright, etc.).

*Merci de respecter les droits d'auteur: il est interdit de copier, modifier ou vendre cet e-book sans l'autorisation préalable et écrite de son autrice.*

