



Mère & monde

Cours prénataux | Accompagnement

PROCÉDURES SANITAIRES
LORS DE RENCONTRES À VOTRE DOMICILE OU
LORS D'UNE ÉVENTUELLE PRÉSENCE À L'ACCOUCHEMENT



Chez Mère et monde, nous travaillons en étroite collaboration avec le corps médical. Voici donc des mesures pour assurer votre sécurité ainsi que celle de votre bébé.

1 - Entrée au sein de votre maison ou à l'hôpital

- Vérifiez que vous ne présentez aucun des symptômes suivants: fièvre, toux sèche, difficultés respiratoires, mal de gorge, fatigue intense, diarrhée, douleurs musculaires anormales, perte de goût ou de l'odorat. Si tel est le cas, tentez de passer un test de la COVID-19. Suivez ces recommandations officielles. Votre accompagnante à la naissance Mère et monde en fera de même :
<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/consignes-isolement-personne-en-attente-test-covid-19/>
- Si vous avez déjà été atteint.es de la COVID-19, assurez-vous de n'être plus contagieux, après confirmation auprès de votre médecin ou de la Santé publique du Québec. Votre accompagnante à la naissance en fera de même, il en va de soi.
- Assurez-vous ne pas avoir voyagé à l'intérieur des deux semaines précédentes ainsi que de ne pas avoir été en relation avec une personne atteinte de la COVID-19 ou présentant les symptômes ci-haut mentionnés. Si vous êtes un travailleur de la santé ou un employé ayant été en relation avec des patients atteints de la COVID-19 au cours des deux semaines précédentes, prière d'indiquer si vous portiez des vêtements et équipements de protection ou pas. Votre accompagnante à la naissance en fera de même, il en va de soi.
- Si vous êtes atteint.es de la COVID-19, selon la Santé publique du Québec, une mise en quarantaine de 14 jours devra être effectuée. Merci d'en informer votre accompagnante à la naissance. Elle en fera de même à votre égard. Elle sera disponible au téléphone pour vous, 24h sur 24h durant cette période.
- Il y aura possibilité de poursuivre les rencontres en ligne durant cette période si vous êtes assez en forme.
- Le port du couvre-visage est fortement recommandé. Si vous y touchez, lavez-vous les mains avec du savon durant 20 secondes ou avec un gel hydro-alcoolique.
- Avant d'amorcer toute rencontre, il est obligatoire de se laver les mains avec du savon pendant au moins 20 secondes. Se laver de nouveau les mains lors de passages aux toilettes.
- Il est fortement recommandé de désinfecter les poignées de portes, le siège des toilettes et la chaise sur laquelle votre accompagnante à la naissance sera assise. N'hésitez pas à faire aérer votre maison. Mieux : passez la rencontre sur votre terrasse, si cela est possible.
- Prière de lire et de signer ce document remis par votre accompagnante à la naissance si elle est membre de l'ANPQ : https://www.anpq.qc.ca/uploads/pagessections/Avant_la_rencontre.pdf
- Ou de l'association RITMA : <https://bit.ly/3dTDO5p>

2 - Durant les rencontres prénatales ou postnatales (pas les relevailles, voir plutôt le point 3))

- Conservez toujours 2 mètres de distance et assurez-vous qu'il n'y ait pas plusieurs personnes au sein d'une même pièce. Si quelqu'un éternue, le faire dans son coude s.v.p. Détendez-vous, tout va bien aller. Votre accompagnante à la naissance vous rassurera. Notez qu'en tout temps, vous pouvez lui demander de procéder aux dites rencontres ou à une présence à l'accouchement via une plate-forme Internet interactive. Pour en savoir plus : <https://www.mereetmonde.com/cours-prenataux-privés-en-ligne/>

3 - Durant les rencontres de relevailles (aide à domicile)

- Conservez toujours 2 mètres de distance entre votre accompagnante en relevailles, vous et votre bébé, et assurez-vous qu'il n'y ait pas plusieurs personnes au sein d'une même pièce. Si quelqu'un éternue, le faire dans son coude s.v.p. Afin de respecter ces consignes, la mère (ou le père) devra s'occuper elle ou lui-même de son bébé. L'accompagnante en relevailles pourra aider les parents dans des tâches comme démarrer une lessive, préparer un repas, aller chercher un enfant à la garderie, effectuer une course à la pharmacie, etc. Elle portera en tout temps, un couvre-visage, voire une lisière, pour vous protéger. Au besoin, elle enfilera également des gants à ses mains.

4 - À la fin des rencontres prénatales, postnatales ou de relevailles

- Lavez-vous les mains avec du savon durant 20 secondes ou avec un gel hydro-alcoolique.
- Une fois que votre accompagnante à la naissance aura quitté votre maison, enlevez votre couvre-visage, jetez-le ou lavez-le. Faites de même avec vos vêtements. Lavez-les avec du savon à lessive et avec de l'eau très chaude.
- Désinfectez les surfaces où votre accompagnante peut avoir été en contact (ex. : poignées de portes ou toilettes).
- Merci de lire et de signer ce document remis par votre accompagnante à la naissance si elle est membre de l'ANPQ : https://www.anpq.qc.ca/uploads/pagessections/Apres_la_rencontre.pdf

5 - Durant l'accouchement

- Nous pourrions reprendre nos services de soutien durant l'accouchement en présentiel lorsque la Santé publique du Québec le permettra seulement. Nous suivons de près leurs recommandations. En tout temps, durant la naissance de votre enfant, pour vous rassurer et transmettre des conseils à votre principal accompagnateur, nous pouvons vous soutenir via des consultations en visio-conférence ou par téléphone. À moins d'une nécessité médicale, il n'est pas recommandé que plusieurs personnes soient présentes durant le travail ou touchent votre bébé. Vous pourrez également refuser la présence de plusieurs résidents en même temps durant le travail. Dès qu'elle sera de nouveau admise dans les maternités, votre accompagnante à la naissance conservera 2 mètres de distance de vous et elle portera l'équipement de protection nécessaire. Elle fera attention de ne pas vous toucher lors de massages, par exemple. Elle guidera plutôt votre conjoint(e) en ce sens.
- Prière de lire et de signer (le partenaire pour ne pas déranger la maman en travail) ce document remis par votre accompagnante à la naissance si elle est membre de l'ANPQ : https://www.anpq.qc.ca/uploads/pagessections/Avant_la_rencontre.pdf