

## Donner naissance

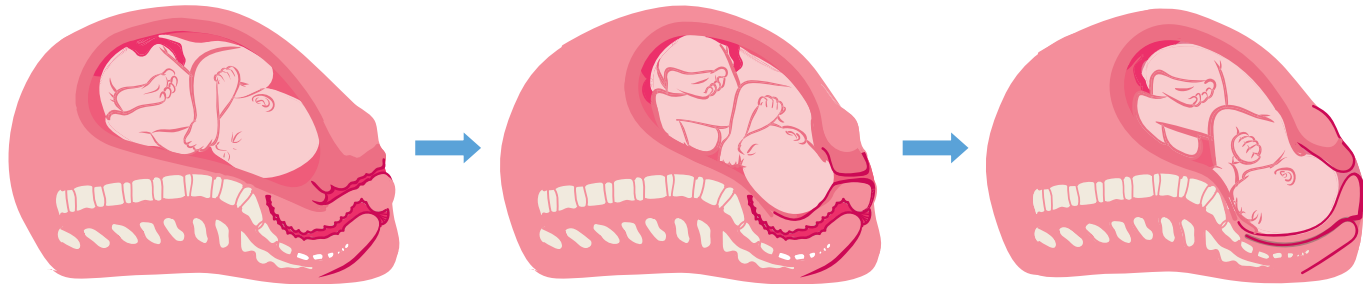
### Combien de temps dure le travail?

Le travail est différent chez chaque personne. En moyenne, il peut durer de quelques heures à quelques jours.

### Voici les 4 stades du travail et de l'accouchement :

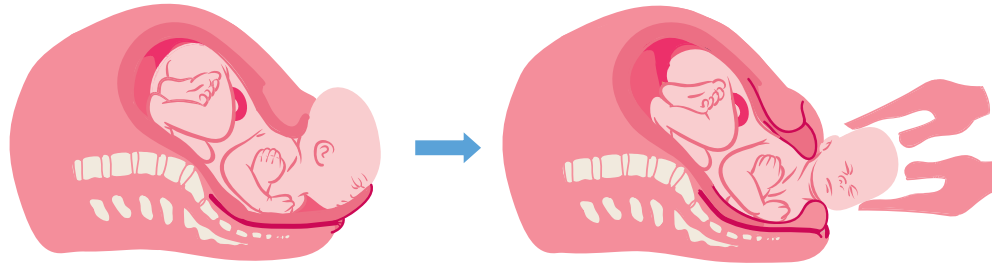
#### 1<sup>er</sup> stade

Le col de votre utérus s'assouplit, s'amincit (s'efface) et s'ouvre (se dilate). La tête de votre bébé descend jusqu'à votre bassin.



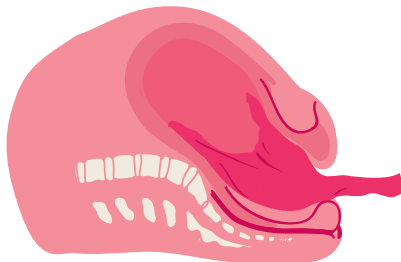
#### 2<sup>e</sup> stade

Vous poussez et votre bébé vient au monde.



#### 3<sup>e</sup> stade

Le placenta est expulsé et vous pouvez avoir un contact peau à peau avec votre enfant. Il peut commencer à téter ou à prendre le sein.



#### 4<sup>e</sup> stade

Dans les premières heures suivant la naissance, vous pouvez avoir un contact peau à peau avec votre bébé, jusqu'à la fin de sa première tétée ou aussi longtemps que vous le souhaitez.

