



# Comment tenir votre enfant pendant la vaccination

Tenir un enfant de manière réconfortante permet de réduire le stress et d'empêcher votre enfant de bouger pendant la vaccination. Vous pouvez le distraire, lui raconter des histoires, lui chanter une chanson ou lui faire prendre des respirations profondes, mais tenir votre enfant de manière réconfortante est également un excellent moyen supplémentaire de faciliter la vaccination.

**Voici quelques suggestions sur la façon de tenir votre enfant. Il se peut que la personne qui administre le vaccin suggère une manière différente de tenir votre enfant lors de l'administration du vaccin.**

## Tenir les enfants en bas âge en leur faisant un câlin

- Tenez votre enfant sur vos genoux, assis de profil.
- Placez le bras de votre enfant le plus près de votre corps contre votre poitrine OU sous votre aisselle en exerçant une douce pression, comme un câlin.
- Tenez fermement le bras et la jambe de votre enfant les plus éloignés de votre corps.
- Pliez légèrement le genou de votre enfant le plus éloigné de votre corps. Cela permet de détendre le muscle de la cuisse.



## Tenir les jeunes enfants de manière latérale et réconfortante

- Tenez votre enfant sur vos genoux, assis de profil.
- Placez le bras de votre enfant le plus près de votre corps contre votre poitrine OU sous votre aisselle et derrière votre dos. Exercez une légère pression pour pousser votre dos contre le dossier de la chaise.
- Enroulez votre bras autour du dos de votre enfant et maintenez son torse et son bras le plus éloigné de votre corps fermement contre votre corps.
- Utilisez votre autre bras pour maintenir l'avant-bras de votre enfant fermement contre son ventre.
- Coincez les jambes de votre enfant entre vos cuisses.



## poitrine contre poitrine (l'entourer ou l'enlacer)

- Faites asseoir votre enfant sur vos genoux, face à vous, et ramenez ses jambes autour de votre taille.
- Passez vos bras autour du bas du dos de l'enfant.
- Enroulez les bras de votre enfant autour de votre taille et maintenez-les fermement sous vos bras.
- Votre enfant peut poser sa tête sur votre épaule et tourner la tête pour ne pas voir l'administration du vaccin.
- Si les bras de l'enfant sont assez longs pour passer complètement dans votre dos, appuyez légèrement les bras pour les coincer contre le dossier de la chaise.



## Maintenir votre enfant de manière réconfortante par derrière (son dos contre votre poitrine)

- Tenez votre enfant sur vos genoux, en le tenant dos à vous lorsque vous êtes assis(e).
- Tenez votre enfant en croisant vos bras devant lui, tenez son avant-bras droit avec votre main gauche et son avant-bras gauche avec votre main droite.
- Placez et maintenez les deux jambes de votre enfant entre vos cuisses et croisez vos jambes sur celles de votre enfant.
- Faites attention à la tête de votre enfant afin qu'elle ne vous heurte pas le visage s'il bouge.



## Maintenir votre enfant de manière réconfortante par devant (poitrine contre poitrine)

- Faites asseoir votre enfant sur vos genoux, face à vous, et placez ses jambes autour de votre taille.
- Passez vos bras autour du bas du dos de l'enfant.
- Passez les bras de votre enfant autour de votre taille et coinciez-les sous vos bras.
- Votre enfant peut poser sa tête sur votre épaule et détourner la tête de la piqure.
- Si les bras de l'enfant sont assez longs pour passer complètement dans votre dos, appuyez légèrement contre le dossier de la chaise.



## Maintenir votre enfant de manière réconfortante de profil

- Faites asseoir votre enfant sur vos genoux, de profil.
- Faites passer dans votre dos son bras le plus proche de vous et appuyez légèrement contre le dossier de la chaise.
- Placez votre bras autour du dos de l'enfant et tenez le haut de son bras.
- Avec l'autre main, maintenez son avant-bras et ses jambes.



## Maintenir votre enfant de manière réconfortante à côté de lui

- Asseyez-vous à côté de votre enfant et passez votre bras autour de ses épaules.
- Tenez votre enfant près de vous
- Placez le bras de votre enfant derrière vous et appuyez légèrement contre le dossier de la chaise.
- Tenez son avant-bras contre votre corps.

