

# Collection DVD

## Bien porter bébé

La collection DVD pour découvrir toutes les manières simples de porter bébé en respectant son corps et le vôtre.

Une source d'inspiration pour piocher des idées portage à volonté et accompagner ainsi bébé selon ses besoins et les vôtres.

*Petit partenaire actif, l'enfant porté s'agrippe par réflexe au corps du porteur et suit celui-ci au fil de ses occupations. Qu'il soit, porté sur le ventre, à portée de bisous, qu'il papote sur la hanche, ou qu'il fasse le petit cavalier sur son dos, l'enfant découvre concrètement la vie d'un point de vue passionnant et rassurant.*

*S'il est bien installé, le bassin basculé, les cuisses autour du buste de son porteur, l'enfant est proche et léger.*

*S'ouvre alors le temps de l'écoute du dialogue des corps et des cœurs.*

Quel que soit  
le lieu, le moment  
un geste,  
un mouvement,  
une façon  
d'être ensemble  
peuvent ouvrir  
les cœurs  
et les corps  
à un amour  
inconditionnel  
à une re-connection  
aux émotions  
et au plaisir  
authentique  
d'être parent,  
simplement.

Ingrid van den Peereboom

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

**Vente en ligne  
et auprès de nos distributeurs**  
(liste en ligne sur [www.bienporterbebe.com](http://www.bienporterbebe.com)  
avec google map)

**Contact presse :**  
Emmanuelle Sallustro /  
[contact@bienporterbebe.com](mailto:contact@bienporterbebe.com)  
06 75 14 10 75

# Porter son enfant en écharpe... ou la petite histoire d'une grande histoire à vivre avec son bébé...

Au commencement, les jours qui suivent la naissance, on fait connaissance dans son lit avec son bébé nouveau-né en le posant sur sa poitrine, puis, rentrée à la maison, on l'emballé dans une écharpe de tissu en coton naturel, tissée tout spécialement, souple et douce pour la peau et on porte continuellement son petit très souvent endormi, blotti tout contre sa poitrine.



La relation entamée pendant la grossesse se prolonge alors avec bonheur et plaisir. La maman ne ressent pas la souffrance du "ventre vide" car bébé est toujours là. Au lieu d'être dans le ventre, il est dessus, juste un peu plus haut, tout près du cœur. A portée de caresses, de bisous et sous le regard bienveillant de son porteur. Déjà habitué au poids de l'enfant à terme, le dos des mamans en profite pour se remettre en place et se remuscler grâce au portage dès la naissance d'un bébé dont le poids augmentera progressivement. Pour la mère, c'est -paradoxalement- quand bébé est le plus proche, qu'il se révèle le moins pesant, physiquement, et psychologiquement. La mise en route de l'allaitement est quant à elle facilitée par les tétées fréquentes et prises à la demande qu'il autorise, ce qui ne limite pas pour autant les bienfaits du portage aux bébés allaités !



Pour l'enfant, le plaisir c'est d'être bercé par les mouvements et les sons. D'être dans le rythme de la vie. L'immobilité et le silence, c'est le néant, la mort, pour un bébé qui n'a jamais connu cela. Les balancements de la marche et de tous les mouvements du porteur, ainsi que les bruits et les paroles de son environnement, c'est la vie qui continue, naturellement, grâce au portage intensif.

Ce plaisir partagé par les deux protagonistes, le porté et le porteur, favorise l'attachement. Physiquement, c'est évident puisqu'ils sont tous les deux "emballés" ensemble, corps contre corps, peau contre peau, sans paroi de séparation. Psychologiquement, cela en découle de façon indéniable, et le lien d'attachement élaboré à l'intérieur du corps maternel peut se tisser solidement à l'extérieur, maille par maille... grâce au tissu.

Puis, les jours passant, on comprend combien la vie quotidienne est facilitée par le portage intensif de son bébé en écharpe.

Les déplacements sont simplifiés, on voyage léger. En ville, bébé se ballade à hauteur d'homme. Tenu à distance des pots d'échappement, il observe les voitures de haut, évitant ainsi bien d'autres dangers... Papa ou maman peuvent prendre les escaliers sans avoir besoin d'aide, monter dans le bus

ou encore entrer dans des espaces bondés, sans être encombrés par une poussette (format 4 x 4 breaks maintenant !) ni gêner des occupants souvent déjà bien assez stressés.

Lorsqu'elle n'est pas utilisée pour porter, l'écharpe se transforme en couverture, en hamac, en "attache bébé sur n'importe qu'elle chaise", en pare-vent, en matelas pour le linge à l'extérieur...

On s'aperçoit au quotidien que le portage permet à chacun de vivre à son rythme, sans contrainte. Bébé se repose, observe, participe, dort, au gré de ses besoins. Lorsqu'il est fatigué il s'endort simplement rassuré par la présence humaine permanente. Le porteur aussi peut aller, venir, entrer, sortir, discuter, faire ses courses, téléphoner, travailler, œuvrer dans sa maison... Tout cela sans jamais devoir suspendre ses activités pour prendre le temps d'endormir son bébé, ou de le rendormir pour la Xième fois. Quand il "se réveille" dans un demi-sommeil pour vérifier si rien n'a changé depuis qu'il s'est assoupi, il se rendort facilement puisque les conditions sont semblables. Et quand il a fini de dormir, il n'a pas besoin de crier pour appeler, ni de verser de larmes si l'on tarde à venir, puisque son porteur est encore là, qui, déjà lui dit "bonjour" et lui procure sourires et caresses !



Si d'aventure la famille compte plusieurs autres membres, l'écharpe devient vite irremplaçable car les besoins du bébé peuvent tous être facilement comblés sans faire de lui le "voleur de maman" de ses frères et sœurs... La vie continue, comme avant, avec un membre de plus dans la famille, qui partage la vie commune sans la perturber. Les aînés les plus grands découvrent eux aussi le plaisir de porter. Ils éprouvent en effet de la joie à s'occuper de leur petit(e) frère (sœur) et à tenir un instant, "pour de vrai", leur futur rôle de parent, tout en apportant un relai à leur maman.

Les parents porteurs, qu'ils soient père ou mère, peuvent accompagner un aîné à l'école ou au club de sport sans avoir à réveiller bébé. Ils peuvent avoir toutes sortes d'activités : relationnelles, domestiques, professionnelles ; bref, ils peuvent vivre leur vie sans se sentir esclave de leur enfant, ni désirer le mettre à distance et le faire garder.

Au contact permanent des autres, bébé s'éveille vite. De plus en plus souvent réveillé, il observe son environnement, apprend les gestes et les comportements de sa culture, baigne dans le langage et connaît de fréquents moments d'échanges relationnels.

[Lisez ce texte inédit sur le site sur "Portage, langage et développement cognitif"](#)

Dans la rue les personnes qui abordent la mère s'adressent toujours au bébé porté et celles qui le croisent le regardent au moins toujours... L'enfant existe dans la communauté des humains. Il se tient debout, face aux autres, à hauteur de regard et communique ! On observera fréquemment qu'une situation vécue dans le stress par bébé lorsqu'il est au sol ne l'est plus dans les bras de son porteur (comme le passage de l'aspirateur ou la rencontre d'inconnus...).

Et quand il le souhaite, fatigué par toutes ces stimulations, il se retire du monde en se lovant contre le corps de son porteur où il peut s'abandonner, rassuré, dans le sommeil.

Puis bébé atteint ses 9 mois et termine sa vie de "sans-cesse" porté. Sa gestation se termine réellement après cette deuxième partie, menée ex-utéro, lorsqu'il devient capable de se déplacer par lui-même. Il en a d'ailleurs très envie. Quel joie de pouvoir enfin explorer son univers et aller saisir toutes ces choses que l'on a vu manipulées depuis des mois par les autres !

Le bambin alterne alors les périodes de jeu et de déplacement au sol avec les moments passés à table et dans le bain, et les temps de portage qui répondent alors de plus en plus souvent à son besoin de se reposer ou de dormir.

Les ballades se font toujours en écharpe mais sur le dos, c'est si pratique ! On peut porter des paniers ou des cartons en conservant sa liberté de mouvement et sa force intactes. Avec l'habitude, le bambin est installé sur le dos en 1 minute où il ne pèse rien, tant le poids est bien réparti par le nouage du tissu, malgré ses 9 à 10 kilos...



Les grands primates ont des poils pour que leurs bébés s'accrochent. Chez l'homme, des lanières et des pans de tissu ont remplacé sur l'ensemble de la planète les poils de nos ancêtres. [Il semblerait même que le porte-bébé ait été le premier outil inventé par l'homme \(plutôt par la femme alors !\)](#). Partout les mères portent et fabriquent leurs porte-bébés avec les moyens du bord. Pagne africain de coton, rebozzo mexicain, porte-bébé en cuir ou en filet en Afrique, en tissu en Asie et en Orient...

En occident industrialisé, les femmes se remettent à porter mais [les porte-bébés commercialisés majoritairement ne sont malheureusement pas respectueux de la physiologie](#). Mal conçus, ils sont peu confortables pour l'enfant qui est en mauvaise posture, suspendu par ses parties génitales, les jambes pendantes nuisant à la circulation du sang, et le dos cambré alors qu'à sa naissance la colonne du bébé forme une courbe et non un S. Ils sont aussi peu confortables pour le porteur qui doit faire des réglages et finit par trouver bébé lourd pour son dos dès 3 à 4 mois. Enfin, en plaçant une séparation entre le bébé et le corps du porteur, ils empêchent les échanges thermiques naturels. On doit donc vêtir l'enfant d'une combinaison pilote par temps froid, ce qui l'éloigne encore plus du corps de son porteur et le rend par conséquent plus lourd et plus difficile à porter longtemps.

En écharpe, pas besoin d'habiller bébé pour sortir -ce qui ne manquerait pas de le réveiller ; c'est le porteur qui se couvre d'un manteau à larges pans, d'une cape, d'un blouson ample ou de tout autre vêtement qui protège l'enfant en même temps que lui-même. Dans certains pays comme la Finlande ou le Japon, des manteaux adaptés permettant de porter son enfant devant sur le ventre, et derrière, sur le dos, sont vendus dans les grandes surfaces de puériculture et sur catalogue... En France on trouve vêtements et écharpes sur internet.

Peut-être devrions nous simplement nous souvenir que notre espèce appartient à l'ordre des primates. Ce qui fait de nous des porteurs et non des nidicoles. Nos petits sont censés rester au contact d'une mère qui répond majoritairement et constamment à tous leurs besoins -nourriture, chaleur, éveil, sécurité- tant qu'ils ne sont pas autonomes dans leur déplacement. Ils ne sont pas censés être disposés dans de jolis petits nids brodés et décorés de milles choses, attendant d'être nourris, sur le plan physiologique mais aussi sur le plan psychique, à intervalle régulier... Si le portage a effectivement permis l'émergence du langage à la préhistoire en prolongeant et en intensifiant la période de développement cérébral du nourrisson, on devrait peut-être s'interroger sur les conséquences sur notre évolution du [maternage distal](#) que reçoivent aujourd'hui le plus fréquemment la grande majorité des bébés occidentaux...

Emmanuelle Sallustro

Mai 2004

<http://maternage.free.fr/editorial9.htm>



# 1 – en écharpe tissée

3 heures de programme  
47 séquences didactiques

7 chapitres

- Porter en confiance
  - Porter sur le ventre
  - Porter sur la hanche
  - Porter sur le dos
  - Pendant la grossesse
  - Nourrir en même temps
  - Porter deux enfants simultanément
- et un bonus...

**Prix public TTC : 26,95 €**

## Sommaire détaillé

### Porter en confiance

Né pour être porté  
... en assis-accroupi  
L'écharpe tissée  
Le nœud plat  
Le nœud coulissant

### Porter sur le ventre

En hamac à nœud coulissant  
En hamac avec nœud dans le dos  
En kangourou  
En kangourou en peau à peau avec un bébé prématuré  
En croisé enveloppé croix sur la poche  
En croisé enveloppé croix sous la poche  
En croisé enveloppé en bouddha  
En croisé simple croix dans le dos  
En croisé simple boucle dans le dos  
En croisé simple en bouddha face au monde

### Porter sur la hanche

En kangourou  
En hamac nœud coulissant  
En hamac nœud sling  
En hamac avec nœud dans le dos  
En croisé simple



## Porter sur le dos

- Monter bébé
- Descendre bébé
- En kangourou
- Placer et nouer les pans
- En kangourou sans nœud
- En kangourou en chemin
- En croisé enveloppé
- En hamac
- En double hamac
- Façon pagne
- En portage tibétain

## Pendant la grossesse

- Soutien du ventre - 4 techniques
- Porter enceinte sur la hanche
  - En kangourou
  - En hamac nœud coulissant
  - En hamac nœud sling
  - En hamac nœud dans le dos
- Porter enceinte sur le dos
  - Comment nouer et passer les lanières
  - En kangourou sans nœud
  - A la tibétaine
  - En double hamac

## Nourrir en même temps

- Au sein comme au biberon sur la hanche
  - En kangourou
  - En hamac nœud plat
  - En hamac nœud coulissant
  - En hamac nœud sling
  - En croisé
- Au sein comme au biberon sur le ventre
  - En hamac avec nœud dans le dos
- Sur le ventre, au sein
  - En madone en hamac
  - En kangourou
  - En croisé enveloppé
  - En croisé simple
- Sur le ventre, au biberon
  - En bouddha de côté dans un croisé simple
  - En hamac inversé

## Porter deux enfants simultanément

- Avec une écharpe
  - 2 bébés face à face dans le croisé enveloppé et dans le croisé simple
  - 1 bébé sur chaque hanche dans un croisé simple
- Avec une écharpe et un porte-bébé asiatique
- Avec deux écharpes
  - Deux croisés simples côte à côte
  - Croisé simple sur le ventre et kangourou sur le dos
  - Croisé enveloppé sur le ventre et kangourou sur le dos

## Bonus

- Allez en séance de portage !
- Comment transformer une écharpe courte en sling avec deux anneaux adaptés

# Les prochains titres de la collection DVD

## Bien Porter Bébé

### 2 - en sling, porte-bébés asiatiques et autres porte-bébés ethniques

Sortie prévue : printemps 2010

### 3 - par temps froid

Sortie prévue : automne 2011

## Les AUTEURS

### Emmanuelle Sallustro

Après 10 années passées dans la production audiovisuelle, je me suis tournée vers l'univers de la parentalité proximale à la naissance de mon 3<sup>è</sup> enfant. J'ai réalisé un [travail photographique artistique sur l'allaitement des bambins](#) et mis en place [un site internet informatif consacré au maternage](#).



La naissance de mon 4<sup>è</sup> enfant, en 2003, m'a incitée à créer [une association locale de soutien à la parentalité en région parisienne](#). Découvrant le [bonheur du portage au quotidien avec ma fille](#), je me suis formée au portage en devenant animatrice bénévole du [réseau Peau à Peau](#) en 2004.

Aujourd'hui je poursuis mes activités bénévoles tout en exerçant une [activité de formatrice en portage auprès des professionnels de santé et de la périnatalité ainsi qu'une activité de consultante périnatale](#).

Imaginer et réaliser cette collection est le fruit logique de mon parcours, fait de production vidéo dans un premier temps, puis de maternage et de portage.

L'aventure de cette première collection m'a permis de relier avec bonheur ces deux aspects de ma personnalité... et je compte bien poursuivre sur cette voie !

## Ingrid van den Peereboom



Maman de huit enfants, j'ai porté les cinq plus jeunes en écharpe et autres porte-bébés ethniques et physiologiques. J'ai, en outre, pratiqué la méthode mères kangourou avec mon 8ème enfant. Le contact nourrit la relation. Nul besoin que le tout-petit naisse prématurément pour se l'autoriser intensément.

Co-fondatrice, avec Sandrine Fraikin, du [réseau Peau à Peau](#), je suis désormais formatrice du réseau pour les animateurs et les professionnels en Belgique et je donne des conférences sur le portage, le toucher et le contact proximal parent-bébé, en Belgique et ailleurs.

L'écriture prend chaque jour un peu plus d'importance dans ma vie. [Mon livre Peau à peau - technique et pratique du portage](#), paru aux éditions Jouvence en 2006, a été réédité en 2009.

J'écris régulièrement des articles sur le portage pour le [magazine Grandir Autrement](#), pour le site [Fémininbio](#) et pour [Famidoo](#).

Je suis l'auteure du [livret mode d'emploi du BBTai](#).

Passionnée par le portage, je suis sans cesse à la recherche de gestes et de termes plus clairs et plus précis pour aider celles et ceux qui proposent des ateliers, ainsi que les parents qui en bénéficient. C'est dans cette optique que j'ai accompagné le tournage des séquences et rédigé les commentaires de la collection.

Je vous invite à me rendre visite [sur mon blog professionnel](#).

## Didier Sallustro - Tonton Didou



Réalisateur et compositeur depuis près de 25 ans, j'ai accepté de suivre ma femme, et son amie Ingrid, dans cette aventure dont je connaissais l'ampleur. J'ai ainsi pu leur apporter mon concours technique ainsi que toute l'infrastructure nécessaire à un projet de cette envergure.

J'ai réalisé avec plaisir le film "Né pour être porté" et composé l'ensemble des musiques.

Pour découvrir mes autres compositions, je vous invite à visiter le [site de mon album, Megamatou](#), oreilles grandes ouvertes (et son allumé !).