

# Apprends à me connaître

## Premiers signes "J'ai faim"



Je bouge



J'ouvre la bouche



Je tourne la tête  
(Recherche/ fouissement)

## Signes secondaires "J'ai vraiment faim"



Je m'étire



Je bouge davantage



Je porte mes mains à  
ma bouche

## Signes tardifs "Aide-moi à retrouver le calme avant de têter"



Je pleure



Je m'agite beaucoup



Mon teint devient rouge

Pour que je retrouve mon calme :

- Berce-moi, parle-moi, caresse-moi
- Mets-moi en peau à peau tout contre toi

# Apprends à me connaître

## Premiers signes "J'ai faim"



Je bouge



J'ouvre la bouche



Je tourne la tête  
(Recherche/ fouissement)

## Signes secondaires "J'ai vraiment faim"



Je m'étire



Je bouge davantage



Je porte mes mains à  
ma bouche

## Signes tardifs "Aide-moi à retrouver le calme avant de têter"



Je pleure



Je m'agite beaucoup



Mon teint devient rouge

Pour que je retrouve mon calme :

- Berce-moi, parle-moi, caresse-moi
- Mets-moi en peau à peau tout contre toi

# Apprends à me connaître

## Premiers signes "J'ai faim"



Je bouge



J'ouvre la bouche



Je tourne la tête  
(Recherche/ fouissement)

## Signes secondaires "J'ai vraiment faim"



Je m'étire



Je bouge davantage



Je porte mes mains à  
ma bouche

## Signes tardifs "Aide-moi à retrouver le calme avant de têter"



Je pleure



Je m'agite beaucoup



Mon teint devient rouge

Pour que je retrouve mon calme :

- Berce-moi, parle-moi, caresse-moi
- Mets-moi en peau à peau tout contre toi