

Futurs parents,

La préparation
à la naissance
et à la parentalité,
un moment
privilegié
pour penser
à soi
et au bébé
à venir.

Vos séances de préparation à la naissance et à la parentalité



**PÔLE FEMME-ENFANT
SERVICE DE GYNÉCOLOGIE OBSTÉTRIQUE**



CENTRE HOSPITALIER
UNIVERSITAIRE D'ORLÉANS
14 avenue de l'hôpital
CS 86 709 - 45067 ORLÉANS CEDEX 2
www.chu-orleans.fr

VOS SÉANCES DE PRÉPARATION À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ



1 Entretien prénatal avec une Sage-Femme

Entretien individuel ou en couple.
Temps d'échange et d'écoute qui permet d'exprimer vos besoins et vos attentes et de répondre à d'éventuelles difficultés.

Information salle nature, homéopathie, acupuncture

2 À la découverte de la maternité *

Présentation de la maternité par un diaporama.

Rappels d'anatomie (placenta, utérus, col...).

Quand et où venir à la maternité.

Questions-réponses.

3 À la découverte de mon corps *

Anatomie et fonctions du périnée.
Intérêt de la rééducation du périnée.
L'épisiotomie.
La respiration abdominale.
Séance de relaxation.

4 Comment accompagner ma douleur *

Les maux de la grossesse et douleurs de l'accouchement.
La péridurale.
Utilisation du ballon, des coussins...
Respiration abdominale.

5 La salle de naissance *

Les signes de début de travail.
Le déroulement du travail.
La prise en charge en salle de naissances.
La césarienne.
Le trousseau maternité.

6 Questions autour de l'allaitement maternel *

Allaitement maternel.
Courbe de poids.

7 Naissance et accueil du bébé *

La naissance du bébé.
Les différents efforts de poussée.
Les extractions instrumentales.
La délivrance.
Les soins effectués au nouveau-né en salle de naissances.

8 La vie autour de bébé *

Les différents rythmes du bébé, ses besoins.
Surveillance et examens effectués à la mère et à l'enfant pendant le séjour.
Les différentes modalités de sortie (PRADO, HAD, PMI).
Les conseils de sortie.

*Mesdames, lors des préparations à la naissance (3, 4 et 7), des exercices sur tapis peuvent être réalisés.
N'hésitez pas à apporter un paréo ou un drap de bain !*

Pour une première grossesse, nous vous conseillons les 8 séances.

Si vous avez déjà des enfants, choisissez les séances qui vous intéressent.

Tél : 02 38 74 41 90 : Tapez 1



COURS 2 À 8

- Séances en groupe d'une durée d'1 heure, animée par une sage-femme
- Conjoint bienvenu (sauf cours n°3)