

La préparation à la naissance

L'inscription aux séances se fait à partir de 6 mois (26sa) auprès de la sage-femme : Laurence REYDET par SMS au 06 22 76 53 88 ou par mail : laurence.dupuisreydet@gmail.com

Version classique

La préparation à la naissance permet de mieux comprendre l'évolution de la grossesse et les étapes de la naissance. Elle est utile même en cas de césarienne programmée.

Dispensées en séances collectives, les connaissances apportées permettent d'appréhender plus sereinement la naissance, le séjour à la maternité et le retour à domicile.

1 - Conseils et précautions pour la fin de grossesse, mobilité, tonus et périnée.

2 - Préparatifs et organisation, début de travail, départ de la maison, arrivée en maternité.

3 - Déroulement et prise en charge du travail et de l'accouchement normal.

4 - Accouchement médicalisé, déclenchement, péridurale, césarienne.

5 - Nourrir son enfant, allaitement maternel ou non.

6 - Prise en charge du bébé, post-partum, retour à la maison.

7 - Gestion de la douleur / postures et respirations (Séance pratique, tenue confortable).

Version tonique

Vous souhaitez :

- Accouchements sans péridurale ?
- Vous impliquer dans une démarche de préparation et de récupération ?
- Garder votre mobilité, être active de votre accouchement ?

Rejoignez les ateliers **WINNER FLOW !**
Le souffle qui protège



Le travail proposé à chaque séance associé à un travail personnel quotidien favorise :

- Une musculature abdominale compétente assurant toutes ses fonctions protectrices : Foetale, viscérale, rachidienne et périnéale.
- Un thorax plus souple, un diaphragme plus mobile, une capacité respiratoire maintenue.
- Des phases de dilatation et d'expulsion améliorées par l'expiration qui agit sur la gestion de la douleur, l'oxygénation maternelle et foetale, les muscles transverses.

Prévoyez une tenue confortable et un tapis de sol.

- 1 - Comment utiliser le winner flow / Travail postural et musculaire.
- 2 - La phase de latence et de dilatation / Travail postural et musculaire / Relaxation.
- 3 - Accoucher avec le winner flow / Travail postural et musculaire / Relaxation.
- 4 - Récupérer après l'accouchement / Travail postural et musculaire / Relaxation.

Choisir en plus 3 séances classiques de 1 à 6

NOM :

PRÉNOM :

DATE DE NAISSANCE :

DATE DE TERME :

Mon projet de naissance au sein de la maternité de la clinique Conti

Notre maternité en quelques chiffres (2021)

- Nombre de naissances : 862 bébés
- Taux d'épisiotomie : 4%
- Taux de césariennes : 24,5%
- Taux d'allaitement maternel à la sortie : 63%



Notre équipe est à votre écoute pour recueillir vos souhaits relatifs à la naissance de votre enfant et mettra tout en œuvre pour les respecter et vous soutenir dans votre futur rôle de parents.

Nous avons bien conscience qu'il est toujours plus agréable de pouvoir prendre le temps de se connaître et de discuter tout simplement autour de ces questions. Nous vous proposons de rédiger vos attentes, pour pouvoir ainsi en discuter avec une sage-femme, lors d'un entretien prénatal précoce et lors de votre prise en charge (rdv avec votre gynécologue, votre sage-femme ou votre rendez-vous avec la référente Materniteam).

Ces idées, besoins ou attentes doivent s'inscrire dans l'envie de vivre activement et positivement ce moment, et de le partager avec l'équipe soignante dans l'écoute et l'échange.

Il est important de garder à l'esprit qu'établir un projet naissance ne garantit évidemment pas d'avoir l'accouchement « de ses rêves » car :

- Le déroulement d'un accouchement est un événement imprévisible par nature.
- La sage-femme et/ou le gynécologue obstétricien qui vous accompagneront, seront peut-être dans l'impossibilité d'accepter certains points qui, selon leurs appréciations, peuvent constituer un risque médical.
- L'apparition de complications peut amener les professionnels à recourir à des interventions ou des soins non souhaités, mais indispensables pour la sécurité de la mère et l'enfant.

INFORMATIONS PERSONNELLES

Gynécologue :

Lien et nom de la personne qui vous accompagnera durant le travail et le séjour :

Problèmes médicaux à signaler :

LE TRAVAIL ET L'ACCOUCHEMENT

Pendant le travail, je préfère être : Debout/Assise Allongée En promenade

Je souhaite accoucher en salle nature si mon dossier médical le permet.

Au niveau de la gestion de la douleur, je souhaite :

Ne rien prendre Avoir une péridurale

Durant le travail et l'accouchement :

Je souhaite être informée des différentes positions possibles

Je connais les différentes positions, et je souhaite être.....

.....

Je souhaite, si cela est possible, que mon conjoint coupe le cordon ombilical

En cas de césarienne :

Mon conjoint souhaite venir au bloc opératoire en cas de césarienne

programmée sous réserve de l'accord de l'équipe médicale.

Je souhaite que mon conjoint puisse faire du peau à peau avec bébé.

APRÈS LA NAISSANCE

Je souhaite :

Faire du peau à peau immédiatement après l'accouchement

Retarder les premiers soins de bébé (si possible)

Allaiter

Faire une tétée d'accueil car je suis indécise quant à l'allaitement maternel

ni allaiter, ni faire la tétée d'accueil

VOS COMMENTAIRES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

