

Carnet de grossesse

Projet de naissance et d'accueil de votre enfant



Présentation

Ce livret est conçu comme un carnet de bord de votre grossesse. Il vous permettra d'inscrire les temps forts de ces prochains mois et d'élaborer votre projet de naissance (votre grossesse, votre accouchement et votre séjour à la maternité).

Vous pouvez le compléter pour avoir des souvenirs de votre grossesse. Il est également à présenter aux professionnels qui vous accompagnent (médecins et/ou sages-femmes) ainsi qu'à ceux qui vous accueilleront le jour J.

Vous trouverez également des informations sur les différents services à votre disposition et les numéros utiles dans le livret d'accueil de la maternité.

Gardez-le près de vous jusqu'à
l'arrivée de votre bébé ♥



Mon projet de naissance



Le projet de naissance personnalisé concerne tous les futurs parents. Chaque projet est unique.

C'est un écrit qui permet d'exprimer vos souhaits, voire vos appréhensions, et de penser comment souhaiteriez-vous la naissance de votre enfant dans l'idéal, selon vos propres valeurs et choix personnels.

Ce document permet à l'équipe de mieux vous connaître et d'adapter l'accompagnement au plus près de vos attentes, de vos besoins et du climat général que vous souhaitez pour accueillir votre enfant.

Rédiger son projet de naissance, c'est être acteur de la naissance de son enfant.

Il se rédige et se discute avec la sage-femme ou le médecin durant la grossesse et le jour de votre accouchement.

S'il n'a pas été rédigé préalablement, il peut faire l'objet d'une discussion avec le professionnel qui vous accueillera en salle de naissance et qui les transmettra au reste de l'équipe.

L'aventure commence...



Je m'appelle :

Ma date de naissance :

Le co-parent s'appelle :

C'est mone bébé

Date de début de grossesse :

Les professionnels qui m'accompagnent :

-
-
-
-

Les changements depuis mon début de grossesse :

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Les 3 premiers mois

Les souvenirs de la découverte et de l'annonce de la grossesse :

.....
.....
.....

Les changements (corporels, psychologiques...) :

.....
.....
.....

Le souvenir que je garde de la première échographie :

.....
.....
.....

Je raconte mes 3 premiers mois de grossesse :

.....
.....
.....
.....



Le troisième trimestre

J'envisage de nourrir mon (mes) enfant(s) :

- au sein
- au biberon
- les deux
- je ne sais pas encore.

.....

.....

Je raconte mes cours de préparation à la naissance :

.....

.....

.....

Je raconte mon vécu des trois derniers mois :

.....

.....

.....

.....

.....



Mes souhaits pour le travail et l'accouchement

Pour le travail et l'accouchement, je serai accompagnée par :

.....

Pour gérer ma douleur, je pense à :

- la salle physiologique (liane, baignoire...)
- bouger : déambulation, utilisation d'un ballon...
- la péridurale
- le Meopa (informations auprès de votre médecin)
- autres (musique, lumière...) :

.....

Les mots qui me rassurent :

.....

.....

.....



Pendant le travail, j'ai envie de :

.....

.....

.....

.....

Pour l'accueil de bébé, j'ai envie de :

.....

.....

.....

.....

Autres envies à partager avec l'équipe :

.....

.....

.....

.....

.....

Le grand jour !



Ca a commencé par... :

.....
.....

Je suis arrivée à la maternité le àh.....

Je me sentais :

.....
.....

Je voudrais me souvenir du prénom de celles et ceux qui m'ont accompagnée. Il y avait :

.....
.....

Je raconte mon vécu de l'accouchement :

.....
.....
.....
.....



Mon (mes) bébé(s)

..... est (sont) né(e.s)

le à h.....

Mon (mes) bébé(s) pèse(nt) et mesure(nt)

.....

Je raconte notre première rencontre :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Mes souhaits pour le séjour à la maternité

Pendant mon séjour, je souhaite des informations et un accompagnement sur :

.....

.....

.....

.....

.....

Pour ma sortie, je souhaite (ex. : une sortie anticipée (PRADO), être accompagnée (sage-femme, pmi...), me retrouver dans mon cocon ou autre...) :

.....

.....

.....

.....


.....





DIP_MAT_20_A
Juillet 2023

*Ce carnet contient des informations
précieuses pour sa propriétaire.*



*Si vous le trouvez, merci de le
rapporter au plus vite à la
Maternité Santé Atlantique
avenue Claude Bernard
44800 Saint-Herblain.*

 **ELSAN** *Maternité*
SANTÉ ATLANTIQUE