

Secrétariat Gynécologie-Obstétrique :

☎ : 05 65 65 31 55

CENTRE HOSPITALIER

SITE CHARTREUSE



SERVICE GYNECOLOGIE-OBSTETRIQUE



PRÉPARATION A LA NAISSANCE ET A LA PARENTALITE

⇒ GYNECOLOGIE-OBSTETRIQUE

Docteur BERGIS Armand

Docteur CANAL Guy

Docteur CASTEX Jean-Michel

⇒ GYNECOLOGIE MEDICALE

Docteur PIETRI Emmanuelle

⇒ SAGES-FEMMES

Madame LEHUGEUR Ingrid

(Consultation Grossesse Physiologique, acupuncture)

Madame RAYNAL Delphine

(Consultation Grossesse Physiologique, Préparation à la Naissance et à la Parentalité, rééducation périnéale)

Madame WATINE Véronique

(Consultation Grossesse Physiologique, échographie)

⇒ Centre de Planification et d'Education Familiale (CPEF)

Entrée 1



2^{ème} Etage



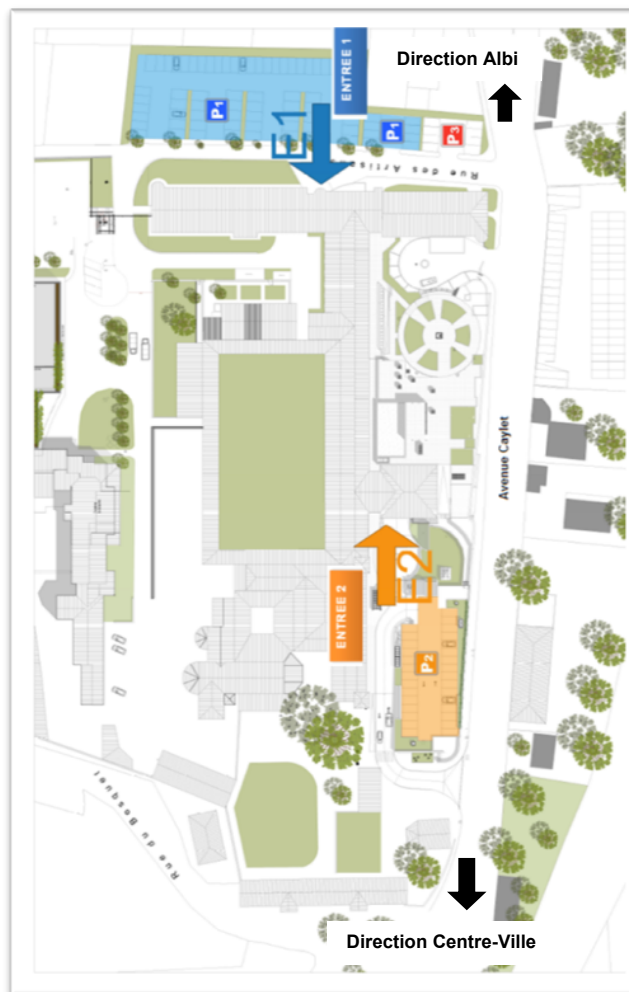
⇒ PEDIATRIE

Docteur YORGOVA Penka

Entrée 2



1^{er} Etage



= Parking



= Suivre les pas au sol 2^{ème} étage

Avenue Caylet - 12200 Villefranche de Rouergue



Les 7 séances en groupe sont à débiter au 7ème mois.

**C'est un lieu d'échange et
de partage d'expériences
animé par une sage-femme.**

les futurs pères sont les bienvenus,
Une tenue confortable est conseillée pour les
séances corporelles.

**Renseignements et inscription
au Secrétariat de la Maternité :**

☎ : 05 65 65 31 55

- **8 séances de préparation à la naissance sont prises en charge par la Sécurité Sociale, dont une pour l'EPP (Entretien Prénatal Précoce).**
- **Les séances en piscine sont reportées pendant la période due au COVID.**

ORGANISATION DES SEANCES DE PREPARATION

THEME	DATE	HEURE	LIEU
Présentation du service	Les Mardi et Mercredi	De 16h30 à 18h	Salle voutée Accessible depuis le Parking P2 (grande salle afin que la distance et les gestes barrières soient respectés)
L'accouchement			
Comment gérer les sensations fortes			
La naissance			
Le nouveau-né			
L'allaitement maternel			
Retrouver son corps après l'accouchement			

Contenu des séances

Les séances de PNP sont un lieu d'information et d'échanges entre parents, animées par une sage-femme.

Les futurs pères sont les bienvenus.

Une tenue confortable pour l'activité physique est recommandée pour les séances sur l' « accouchement », « Gérer les sensations fortes » et « la naissance ».

Préparation à la naissance...

Présentation du service: *Information sur le déroulement de l'accouchement et du séjour. Pas de visite du service pendant l'épidémie de covid. Des photos des salles de naissance, d'une chambre, de la pouponnière serviront de support à la présentation...*

L'accouchement : *Comprendre le mécanisme de l'accouchement normal, postures favorisant le travail...*

Gérer les sensations fortes : *Relaxation, auto hypnose, respiration, hormones, massages, points d'acupressions, gestion des émotions...*

La naissance : *Tester les différentes postures pour favoriser l'accouchement dans les lieux de la naissance. Favoriser le réflexe d'expulsion, alternatives à la position gynécologique, visualisations de l'accouchement...*

... et à la parentalité

Le nouveau-né : *accueil du nouveau-né à la naissance, 1ère tétée, peau à peau, portage, rythmes veille-sommeil, pleurs, prévention de la mort subite du nourrisson, tête plate, bébés secoués, baby blues...*

Allaitement Maternel : *Mise au sein, positions, rythmes, savoir si son enfant a suffisamment bu, tirer son lait, allaiter en travaillant, sevrer, rôle du père.*

Retrouver son corps après la naissance : *Sexualité de la grossesse et des suites de couche, reprise des cycles menstruels, choix d'une contraception, conscience du périnée, abdominaux, reprise du sport...*

- *Séances en piscine sont annulées pendant la pandémie due au COVID*