

LA SAGE-FEMME : Un rôle central dans le suivi de Grossesse

- Entretien prénatal précoce : au 4^{ème} mois de grossesse, un entretien individuel pour poser vos questions, avoir une écoute et des réponses adaptées
- Suivi des grossesses physiologiques
- Séances d'acupuncture et de sophrologie
- Préparation à la naissance et à la parentalité
- Consultations en urgence
- Accouchements physiologiques
- Séjour en maternité : accompagnement de la maman, du bébé et du couple
- Contraception
- Conseils de sortie
- Entretien postnatal précoce : 4 à 8 semaines après l'accouchement, pour accompagner les mères et les couples durant les premières semaines avec bébé. En téléconsultation ou à la maternité.



**Un rôle d'écoute et
d'accompagnement GLOBAL**

LA MATERNITE ETIENNE STEEN

- Maternité de Type 1
- Près de 900 accouchements par an
- Equipe pluridisciplinaire (Gynécologues-obstétriciens, Anesthésistes, Sages-femmes, Pédiatres, Puéricultrices, Auxiliaires de Puériculture, Agents des Services Hospitaliers, Secrétaires)
- Consultations prénatales et postnatales
- Suivi de gynécologie et rééducation périnéale
- Chirurgie gynécologique
- Entretiens prénatal et postnatal précoces
- Préparation à la naissance et à la parentalité
- Sophrologie
- Séances de préparation à la naissance en piscine
- Ateliers Maternage et Portage
- Visite de la Maternité
- Visite de la chambre pédagogique
- Consultations de lactation

CONTACTS



Maternité Etienne Steen
25 bis, rue Jean Jaurès à Denain
Secrétariat de la Maternité (renseignements
et inscription) : **03.27.24.31.33**

Sage-femme des Urgences : **03.27.24.39.29**



Séances de préparation à la naissance et à la parentalité

Proposées par
**Les Sages-femmes de la
Maternité de Denain**



Inscription dès
le 5^{ème} mois
03.27.24.31.33

PRÉPARATION A LA NAISSANCE « CLASSIQUE »

(Théorique mais pas que !)

Séances de 2 heures tous les lundis

4 séances réalisées par les sages-femmes

LA PHYSIOLOGIE DE LA GROSSE :

Comprendre ce qu'il se passe dans votre corps durant ces 9 mois.

LES MOTIFS DE CONSULTATIONS EN URGENCE :

Quand faut-il s'alarmer durant la grossesse? Pourquoi consulter en urgence?

LE PRÉ-TRAVAIL :

Qu'est-ce qu'une contraction ? Comment la gérer ? A partir de quand parle-t-on de "travail" ?

PRÉSENTATION DE LA MATERNITÉ :

Le personnel de la maternité, les activités et les locaux (visite incluse!).

LE TRAVAIL ET L'ACCOUCHEMENT :

Explications du déroulement du travail, des aléas relatifs à l'accouchement et des efforts de poussée.

LES SUITES DE COUCHES :

Informations sur la durée du séjour, les soins réalisés pendant l'hospitalisation, le rôle de chaque professionnel.

LE BÉBÉ :

Son alimentation, les soins, l'accompagnement et les aides présentes à la maternité.

LE RÔLE DU COPARENT :

Nous essayons de le préparer en l'invitant à se joindre à nous lors des séances.

LE RETOUR À LA MAISON :

Comment le préparer? Que faire pour que la transition soit simple et heureuse?

Les séances se déroulent sur 4 cours.
C'est un lieu d'écoute et d'échange avec les professionnels et les autres mamans

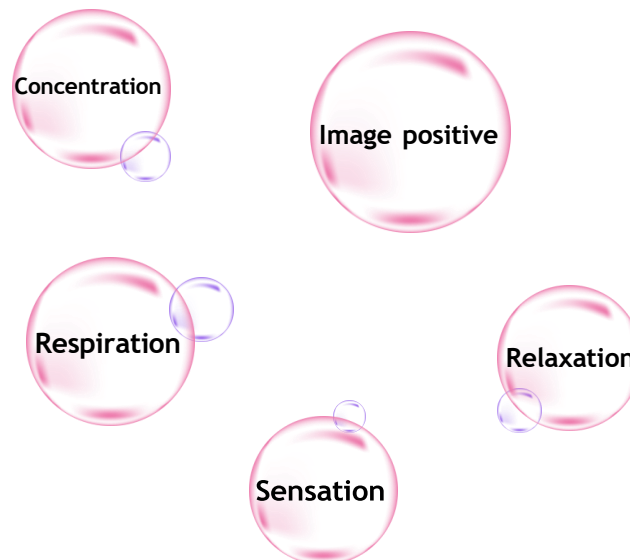
LA SOPHROLOGIE

Méthode psychocorporelle qui permet de retrouver un bien être au quotidien, elle est inspirée de techniques occidentales (hypnose, relaxation) et de pratiques orientales (bouddhisme, yoga).

Une sage-femme sophrologue vous propose un cycle de 3 séances pour vous permettre de développer vos capacités de détente et de concentration.

Ces pratiques vous permettront :

- De vous recentrez sur vous-même, être à l'écoute de vos sensations afin de vivre plus sereinement au quotidien,
- De travailler votre respiration, votre concentration et atténuer les inquiétudes de la grossesse et de l'accouchement,
- De développer une image positive de vous-même et gagner confiance en vous



PRÉPARATION A LA NAISSANCE EN PISCINE

Ce mode de préparation vous permet de pratiquer une activité physique douce compatible avec la grossesse :

- Exercices basés sur la maîtrise de la respiration
- Travail ciblé sur les différentes parties du corps : dos, jambes, bassin, ...
- Bienfaits de l'eau et soulagement des petits problèmes liés à la grossesse (jambes lourdes, crampes, douleurs lombaires, ...)
- Exercices ludiques et relaxation
- C'est également l'occasion d'échanger avec d'autres futures mamans et poser les questions que vous souhaitez à la sage-femme

Les séances de préparation à la piscine ont lieu au Centre aquatique NaturéO à Denain. Venez munie :

- Du prix d'une entrée : 2 €
- D'un bonnet de bain (obligatoire)



Séance d'1 heure tous les vendredis

