



# LA PRÉPARATION Naissance et Parentalité

AUX HÔPITAUX DU BASSIN DE THAU



La visite de la

# Maternité

Se familiariser avec les lieux et avec l'équipe...



Une visite en vidéo sur  
[#maternitedesete](https://www.youtube.com/watch?v=maternitedesete)

RENSEIGNEMENT &  
PRISE DE RENDEZ-VOUS

04 67 46 57 57

[sec-cons-gyneco-obs@ch-bassindethau.fr](mailto:sec-cons-gyneco-obs@ch-bassindethau.fr)

Doctolib

[ch-bassindethau.fr](http://ch-bassindethau.fr)

Hôpitaux du Bassin de Thau  
Boulevard Camille Blanc  
34 200 SETE

La préparation à la naissance et à la parentalité a pour objectif d'accompagner le bébé, la maman, le couple tout au long de la grossesse afin d'être acteur de la naissance de son enfant.

## L'entretien Prénatal avec la sage-femme

- Vous accompagner dans vos choix concernant votre grossesse et les modalités d'accouchement.
- Répondre à vos questions, échanger autour du projet de naissance.



## Les conseils en Allaitement Maternel

Pendant la grossesse

En postnatal

Pendant toute la période  
de l'allaitement si besoin

- Vous accompagner, vous encourager si besoin.
- Répondre à vos questions.
- Organiser avec vous votre allaitement lors de la reprise de votre travail.
- Vous aider à prolonger la période de l'allaitement.

## Les conseils *Diététiques*

- Connaître les bases pour une alimentation équilibrée importante pendant la grossesse pour le développement harmonieux du bébé et le bien-être de la maman.
- Echanger quant aux habitudes alimentaires.



## Le Portage

Permettre une continuité naturelle avec la grossesse et favoriser une adaptation en douceur du nouveau-né à son nouvel environnement.

## L'accompagnement par *L'Hypnose*

- Augmenter le confort de vie en agissant sur les petits maux de la grossesse (nausées, inconfort corporel, anxiété, stress, insomnie...)
- Réduire le stress et les anxiétés quant à l'accouchement et les remplacer par des pensées et images positives.
- Augmenter la confiance en soi.



## Préparation à la *Césarienne Programmée*

Vous transmettre les informations et échanger avec la sage-femme pour réduire le stress lié à cet événement.



## Le Yoga

- Améliorer les petits maux de la grossesse.
- Procurer un meilleur vécu physique par des postures simples associées à une respiration adaptée.

