

Notre projet de naissance

Quelques lignes pour vous présenter à l'équipe qui vous accueillera.

Je m'appelle :

Terme prévu le :

Maternité :

Suivie par :

La personne qui m'accompagne :

Premier bébé ? Autres enfants :

Ce document dit ce qui compte pour vous le jour de la naissance. Ce sont des souhaits, pas des exigences. Relisez-le avec la sage-femme ou le médecin qui suit votre grossesse, puis glissez-le dans votre dossier de maternité. Le jour J, l'équipe vous proposera ce qui convient à votre situation.

Ce que j'aimerais que l'équipe sache

Ce qui m'inquiète, ce qui me rassure

Pendant le travail

Cochez ce qui vous ressemble. Une case vide veut dire : on verra sur place.

Accompagnement

- ☐ Que mon accompagnant reste avec moi tout le temps
- ☐ Une deuxième personne présente, si la maternité l'accepte
- ☐ Être prévenue avant la présence d'étudiants
- ☐
- ☐

Bouger, changer de position

- ☐ Pouvoir marcher et changer de position
- ☐ Utiliser un ballon ou une liane si la salle en a
- ☐ Prendre une douche ou un bain si c'est possible
- ☐ Choisir ma position pour pousser
- ☐
- ☐

Ambiance

- ☐ Lumière tamisée
- ☐ Ma musique ou ma playlist
- ☐ Calme, peu de passages dans la salle
- ☐ Mes affaires à moi (coussin, huile de massage, photo)
- ☐
- ☐

Gestion de la douleur

- ☐ J'aimerais d'abord essayer sans péridurale
- ☐ Je souhaite une péridurale
- ☐ Je voudrais en parler sur le moment
- ☐ J'ai appris une méthode (respiration, hypnose, sophrologie...)
- ☐
- ☐

La naissance et après

Les premières heures avec bébé, telles que vous les imaginez.

Au moment de la naissance

- ☐ Que bébé soit posé sur moi en peau à peau
.....
- ☐ Que l'on me laisse découvrir le sexe de bébé
.....
- ☐ Que mon accompagnant coupe le cordon
.....
- ☐ Prendre des photos (sans gêner l'équipe)
.....
- ☐
.....
- ☐
.....

Les premières heures

- ☐ Garder bébé contre moi le plus longtemps possible
.....
- ☐ Que les premiers soins de bébé se fassent près de moi
.....
- ☐ Que mon accompagnant fasse le peau à peau si je ne peux pas
.....
- ☐
.....
- ☐
.....

Nourrir bébé

- ☐ Je souhaite allaiter
.....
- ☐ Je souhaite donner le biberon
.....
- ☐ Je ne sais pas encore
.....
- ☐ J'aimerais être aidée pour la première tétée
.....
- ☐
.....
- ☐
.....

Le séjour

- ☐ Bébé dans ma chambre jour et nuit
.....
- ☐ Visites limitées, je préviendrai
.....
- ☐ Mon accompagnant reste la nuit si c'est possible
.....
- ☐
.....
- ☐
.....

Si le jour J change

Une naissance ne se passe pas toujours comme prévu. Vos souhaits comptent aussi dans ce cas.

Si une césarienne est nécessaire

- ☐ Que mon accompagnant soit présent si l'équipe l'accepte
- ☐ Qu'on m'explique ce qui se passe
- ☐ Voir bébé dès sa naissance
- ☐ Peau à peau dès que possible, avec moi ou mon accompagnant
- ☐
- ☐

Si bébé doit être séparé de moi

- ☐ Que mon accompagnant reste avec bébé
- ☐ Recevoir des nouvelles et une photo
- ☐ Tirer mon lait si je souhaite allaiter
- ☐
- ☐

Autres souhaits, questions pour ma sage-femme

Après la naissance, une consultante en lactation peut vous accompagner pour l'allaitement, à la maternité ou chez vous. Trouvez-en une près de chez vous sur milkydaisy.com/consultante-lactation/.

Ce document n'est pas un avis médical. Il ne remplace pas les échanges avec les professionnels qui vous suivent.