



Maternité CHU Dijon Bourgogne
14 rue Gaffarel - BP 77 908 - 21000 Dijon

[Secrétariat : 03 80 29 37 02]



Préparation à la naissance & à la parentalité



Afin de vous préparer à la naissance,
la sécurité sociale
accorde 8 séances prises en charge à 100%.

Pour ce faire, une fiche de circulation
doit être demandée
au bureau des entrées de la Maternité
le jour de la première séance.

Il vous est possible de découvrir la Maternité :
visite des locaux

Dates et horaires : inscription et renseignement
auprès du secrétariat : 03 80 29 37 02

Salle de préparation située au 4^e étage



1^{ère} formule

Une préparation à la naissance globale, en groupe évolutif (8 personnes maximum), comprenant 6 séances consécutives au rythme d'une séance par semaine d'une durée de 2 heures, avec la même sage-femme et le même groupe.



- ▶ Groupe évolutif avec une préparation orientée **Chant Prénatal** : les séances permettent grâce aux sons et chansons, d'être en lien avec son bébé, de se préparer à l'accouchement et à la parentalité)
- ▶ Groupe évolutif avec une préparation orientée **Sophrologie** : relaxation physique et mentale associée avec un temps d'échange d'informations pratiques
- ▶ Groupe évolutif de préparation **Classique** à la parentalité (informations, discussion et préparation physique)

Il est possible d'ajouter à ces préparations en groupe 2 séances à thème de la 2^e formule

2^e formule

Séances à thèmes : Inscription à la séance (d'une durée allant de 1h à 2h selon le thème)

Une séance individuelle vous est proposée :

- l'entretien prénatal précoce.
- l'entretien Parcours Salle Nature

Il s'agit d'un entretien individuel avec une sage-femme, qui vous permet d'aborder toutes questions ou besoins spécifiques.

Ce peut être une première séance de préparation à la naissance.

- ▶ Des séances collectives vous sont proposées sur les thèmes :
 - La visite et le parcours dans les locaux
 - L'accouchement
 - L'allaitement
 - Exercices et postures pendant la grossesse & le travail
 - Séance pour les pères
 - Autour de l'enfant (séance d'accompagnement à la parentalité grâce à des informations sur l'accueil de l'enfant, son rythme, son comportement, ses soins...)

