

## Pendant votre grossesse

### Consultations prénatales

Nous vous conseillons de faire au moins les consultations des 3 derniers mois de grossesse avec un médecin ou une sage-femme de la clinique.

Gynécologues-obstétriciens : coordonnées sur la fiche jointe en fin de livret d'accueil

Sages-femmes : pour prendre rendez-vous, téléphonez au 04 74 43 61 30.

### Préparation à la naissance

Un entretien prénatal individuel est prévu dans le cadre de la préparation à la naissance. Il peut se faire dès le 4<sup>ème</sup> mois avec une sage-femme de votre choix, proche de votre domicile ou à la clinique, afin d'organiser la préparation à la naissance, poser vos questions, exprimer vos appréhensions.... Pour prendre rendez-vous avec une sage-femme de la clinique, téléphonez au 04 74 43 61 30.

Pour plus d'information, nous vous proposons deux rencontres gratuites pour aborder la naissance et répondre à vos attentes.

- Une première rencontre quand l'enfant s'annonce :  
Mercredi.....à 20h
- Une présentation vidéo de la clinique est au 7<sup>ème</sup> mois de grossesse :  
Mercredi.....à 20h

Autres propositions (gratuites) en salle de réunion du 2<sup>ème</sup> étage :

- « Café allaitement maternel » le 3<sup>ème</sup> mardi du mois de 14h à 16h.
- « Papote et Pelote » le jeudi de 14h30 à 17h.
- « A petit pot » information nutrition maman et diversification bébé le 4<sup>ème</sup> mardi du mois, de 14h à 15h.
- « Bien-être bébé » massage nouveau-né le vendredi matin (sauf vacances scolaire) de 9h à 11h (merci d'apporter une serviette de toilette pour cet atelier).
- « Appelle-moi Papa » rencontre entre papas et futurs papas le 3<sup>ème</sup> jeudi du mois à 20h.

## Pendant votre séjour

### Documents à fournir

- Carte vitale ou attestation d'assurance maladie
- Prise en charge de la mutuelle
- Carte d'identité
- Carte de groupe sanguin
- Résultats d'exams de laboratoire effectués pendant la grossesse
- Échographies
- Livret de famille et/ou reconnaissance anticipée

### Liste pour le bébé

#### **Dans une pochette : les vêtements du bébé pour l'habiller le jour de la naissance soit :**

- 1 body
- 2 brassières de laine
- 1 paire de chaussons
- 1 pyjama ou grenouillère
- 1 bonnet

Et le thermomètre rectal électronique

#### **1 tenue complète par jour soit :**

- |  |   |
|--|---|
| – 6 bodys (éviter ceux qui se passent par la tête) | – 1 petite couverture                       |
| – 5 pyjamas ou grenouillères                       | – 1 thermomètre de bain                     |
| – 5 brassières de laine + chaussons                | – 1 thermomètre médical rectal électronique |
| – Des bavoirs                                      | – 1 brosse à cheveu + 1 peigne              |
| – 5 serviettes et gants de toilette                | – 2 bonnets                                 |
| – 2 turbulettes ou dors-bien ou gigoteuse          |   |

### Liste pour la maman

- Pyjamas ou chemises de nuit,
- Peignoir,
- Pantoufles
- Serviettes et gants de toilette
- Slips et garnitures périodiques
- Un brumisateurs d'eau
- Trousse de toilette et son nécessaire

#### **Pour les mamans qui désirent allaiter leur enfant :**

- Soutien-gorge d'allaitement
- Coussinets d'allaitement
- 1 paire de coupelles en plastique
- 1 tube de crème pour les seins