



Programme de préparation à la naissance

Pôle mère - enfant du CHU Tivoli



PROGRAMME DE PRÉPARATION A LA NAISSANCE

Rédacteurs : Equipe des sages-femmes du CHU Tivoli

Conception graphique : Service communication CHU Tivoli

Crédits photos : Unsplash

Référence : COMQAC001

E.R. : CHU Tivoli



EN GUISE D'INTRO ...

Vous êtes enceinte ?

Nous vous accompagnons dans votre grossesse et vous aidons à vous préparer pour cette nouvelle aventure.

Ce petit livret vous présente les différentes activités proposées par l'équipe de sages-femmes du CHU Tivoli.

Le dialogue restant la meilleure source d'information, n'hésitez pas à poser vos questions lors des rencontres avec la sage-femme ou le gynécologue.

Toute l'équipe est là pour vous informer et vous conseiller.

Les équipes mère-enfant du CHU Tivoli

L'équipe des sages-femmes vous propose :

- Des consultations prénatales pour votre suivi de grossesse : le rendez-vous est à prendre en consultation prénatale au 064/27.63.85
- Des visites des salles de naissance et de la maternité :
 - Tous les mardis et jeudis à 13h30
 - Un vendredi sur deux à 19h30
 - Rendez-vous à prendre en salle d'accouchement : 064/27.66.31



- Des consultations pré et post-natales individuelles d'allaitement maternel pour vous accompagner au mieux dans l'alimentation de votre enfant :
 - Tous les jours à 14h
 - Rendez-vous à prendre en maternité : 064/27.66.09

- Des séances d'information collectives en ligne organisées en partenariat avec l'ONE sur Teams
 - 1X/mois, le 2ème jeudi du mois de 18h30 à 19h30
 - Inscription en envoyant un mail à informationprenatale@chu-tivoli.be au plus tard une semaine avant la séance
 - Réservées aux futures mamans dont la grossesse est au-delà de 24 semaines.
- Des séances de préparation globale à la naissance, en collectif (5 couples maximum par séance) :
 - 7 séances
 - Rendez-vous à prendre en salle d'accouchement : 064/27.66.31



Pourquoi suivre une préparation à la naissance ?

La grossesse est un voyage vers l'inconnu. Les préparations à la naissance vous permettent de rencontrer des sages-femmes et d'aborder tous les thèmes autour de la parentalité, de discuter avec d'autres mamans, d'échanger autour de la grossesse, de vos expériences et de poser toutes vos questions. Les séances durent une heure et mélangent conseils, explications, exercices pratiques et relaxation.

Le but ? Parler de tout pour arriver le plus serein possible le jour J !

Quand commencer ? Autour de la 26ème semaine de grossesse.

Venez en couple ou accompagnée de la personne que vous souhaitez.

Nous proposons de vous rencontrer 7 fois pendant la grossesse autour de ces différents thèmes :

- Bien vivre sa grossesse
- Découvrir, comprendre son bébé et en prendre soin,
- L'alimentation de votre nouveau-né
- Le jour J , quand le travail commence ...
- La gestion de la douleur et la péridurale
- L'accouchement et la césarienne
- Se préparer au retour précoce à la maison

Localisation : 10D - Rdv au : 064/27.66.31

Il est aussi possible de rencontrer une kinésithérapeute pour soulager d'éventuelles plaintes au niveau du dos, rétention d'eau ou tensions ligamentaires

- Séance individuelle de 30 minutes
- Rendez-vous au 064/27.64.47

Sachez également que :

- Une psychologue se tient à votre disposition pour tout problème relatif à votre maternité.
- Une diététicienne vous conseille en matière d'alimentation.

Le centre périnatal ONE offre :

- Un suivi médical régulier gratuit de la grossesse par le gynécologue de votre choix.
- Un accompagnement attentif et personnalisé par une équipe pluridisciplinaire de travailleurs médico-sociaux soucieux de promouvoir la santé familiale et l'accueil de l'enfant à venir dans un espace d'échange, d'écoute, de parole et de soutien.
- Une présence en maternité qui établit le relais avec les services ONE extérieurs, répond à vos questions et prépare avec vous le retour à domicile.





Que mettre dans ma valise ? Ma Check list :

Pour la salle d'accouchement, prévoyez un petit sac avec :

Pour maman :

- o Tenue confortable et tenue de rechange pour après l'accouchement
- o Nécessaire de toilette et un essuie de bain
- o Eau plate, biscuits secs et brumisateurs
- o Aide à l'accouchement : musique, homéopathie, aromathérapie, bouillotte...

Pour la personne accompagnante :

- o Tenue confortable et de rechange
- o Nécessaire de toilette
- o De quoi manger et boire
- o Papiers administratifs (carte d'identité, assurance, carnet ONE, dossier médical si suivi privé)
- o Chargeurs et appareil photo
- o Carte de banque pour le distributeur

Pour bébé :

- o body manche longue
- o 1 pyjama chaud
- o 1 paire de chaussettes
- o 2 bonnets
- o 1 couverture



Pour la maternité, prévoyez :

Pour maman :

- o Vêtements confortables, pyjamas manches courtes, et adaptés à l'allaitement, une paire de pantoufle
- o Tenue pour sortir
- o Nécessaire de toilette, gants de toilette et essuies de douche
- o Bouteilles d'eau
- o Coussin d'allaitement
- o Soutiens gorge d'allaitement sans armatures
- o Stylo
- o Pour les visites : gobelets, assiettes...

Pour bébé :

- o 6 Bodys manches longues
- o 6 Pyjamas coton et éponge
- o Chaussettes
- o Bonnets
- o Tenue de sortie adaptée à la saison
- o 4 Essuies et gants de toilette
- o Ses bavoirs
- o 1 brosse/peigne



L'hôpital vous fournit les bandes hygiéniques, le nécessaire de toilette pour le bébé, des slips jetables et un paquet de langes enfants pour la somme forfaitaire de 38,00€.

Autres informations utiles :

Vous serez accueillis dans une chambre individuelle équipée d'une télévision, d'un frigo, d'une nurserie bébé et d'un cabinet de toilette avec douche. Chaque chambre possède une ligne téléphonique. Pour pouvoir téléphoner à l'extérieur de l'hôpital, il faut vous procurer une carte payante au bureau d'admission durant les heures d'ouverture.

Si vous désirez un code Wi-Fi, vous pouvez également vous le procurer au bureau d'admission.

L'accompagnant.e a la possibilité de prendre ses repas et de passer les nuits auprès de sa famille. Ces services seront facturés.

Heures de visites :

- Pour l'accompagnant.e : 24h/24
- Pour les frateries : tous les jours de 15h30 à 17h et en semaine de 18h à 19h.
- Pour la famille et les amis : de 15h30 à 17h (semaine et week-end)

Nous insistons pour que ces horaires soient respectés pour permettre à maman et bébé de se reposer.

La **déclaration de naissance** doit se faire dans les 15 jours ouvrables après la naissance à la commune de La Louvière.

Envie d'avoir plus d'informations ?

Sur la parentalité :

<https://sage-femme.be/>

<http://www.one.be/>

<http://www.yapaka.be/>

Sur l'allaitement :

<https://www.infor-allaitement.be/>

<https://lilbelgique.org/>

<http://www.allaitement-infos.be/>

Pour nous contacter :

Consultation prénatale : 064/27.63.85

Salle d'accouchement : 064/27.66.31

Maternité : 064/27.66.09



Centre Hospitalier Universitaire de Tivoli
Avenue Max Buset, 34 - 7100 La Louvière
Tél. : 064/27 61 11 • Fax : 064/27 66 99
www.chu-tivoli.be