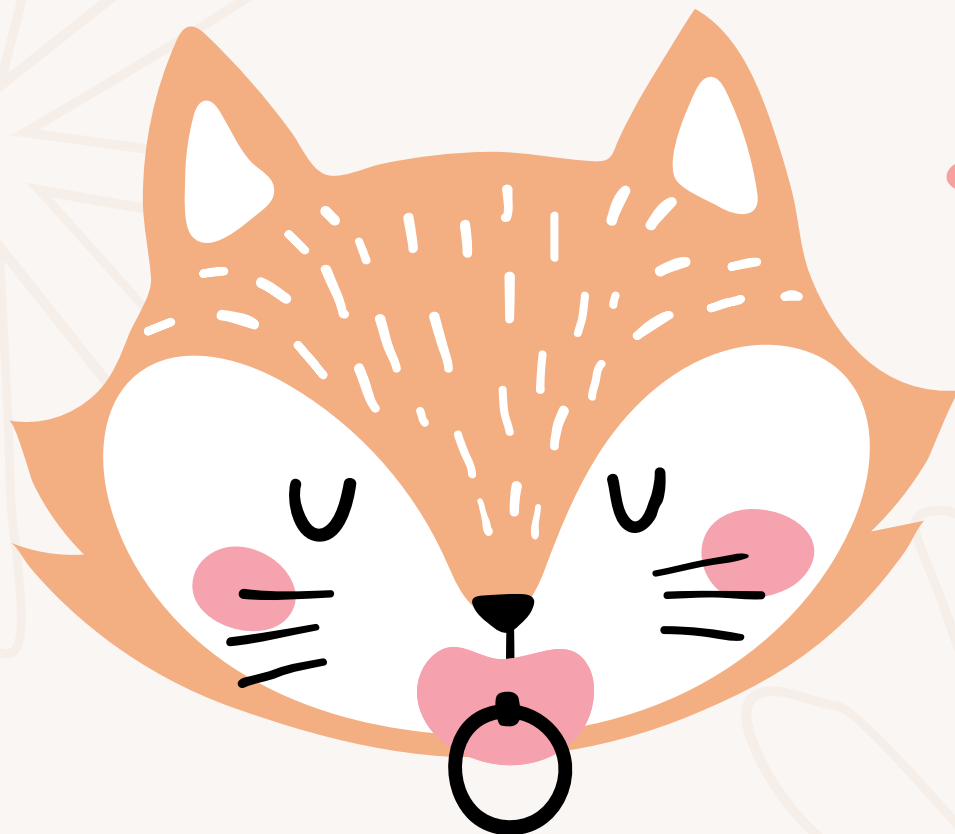




votre projet
de
naissance

La réalisation d'un projet de naissance est recommandée, en France, depuis 2005. C'est un droit pour toute femme enceinte ou couple parental. Plus que l'expression de votre accouchement rêvé, c'est un outil de communication parents-professionnels en vue de préparer le moment de la naissance de votre enfant. Il vise à renforcer la confiance entre vous, votre accompagnant.e et les professionnel.les qui seront à vos côtés. L'idée est "de faire ensemble" pour créer une bulle de sécurité physique et émotionnelle. Mieux vous connaître permet aux équipes de répondre au mieux à vos besoins prioritaires quel que soit, au final, le déroulé de l'accouchement.

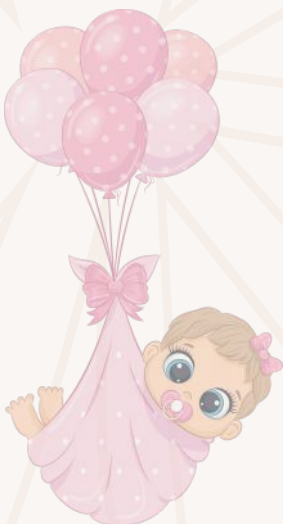


Vous pouvez utiliser le projet de naissance pour envisager et échanger autour des différentes étapes de l'accouchement et de ses suites (travail, naissance, soins pour vous et votre enfant, séjour à la maternité ou suivi à domicile, etc.). Selon le déroulement de votre grossesse et de votre accouchement, certains de vos souhaits pourraient évoluer à votre demande ou ne pas pouvoir être réalisés pour des raisons médicales. C'est pour cela qu'il est important de discuter en amont et d'anticiper les scénarios possibles de votre suivi et de votre accouchement. Cependant, pour tout acte médical, vous concernant ou concernant votre enfant, les professionnel.les doivent vous donner des informations claires, adaptées, et justifiées scientifiquement, afin que vous puissiez donner votre consentement ou non.

Pour construire votre projet de naissance, il peut être important de vous informer sur les pratiques du lieu où vous donnerez naissance. Pour cela, vous pouvez vous appuyer sur l'ensemble des professionnel.les qui accompagnent votre grossesse, en particulier lors de la préparation à la naissance et à la parentalité.

Votre projet de naissance peut prendre la forme qui vous convient (feuille blanche, formulaire papier structuré, dossier informatisé, transmission orale lors d'entretiens avec l'équipe, etc.). Vous pouvez le faire évoluer tout au long de votre grossesse et de votre accouchement. Ce formulaire est une des possibilités pour réfléchir à vos souhaits, vos besoins. Vous pouvez l'utiliser librement : n'en remplir qu'une partie, en faire un simple support de discussions, aborder d'autres sujets, etc.

L'essentiel est de pouvoir poser toutes les questions qui sont importantes pour vous, afin de vous sentir en toute confiance pour mettre au monde votre enfant.



faisons connaissance

Quelles sont vos ressources et vos forces pour vivre cette naissance ?

Souhaitez-vous nous communiquer certains éléments de votre histoire personnelle, récente ou passée, qui nous permettrait de vous accompagner au mieux ?

Avez-vous des peurs ou des besoins liés à l'accouchement que vous souhaiteriez partager avec les professionnels qui vous accompagneront ?

Comment envisager vous le début de votre accouchement (par exemple, de façon naturelle, après déclenchement ou par césarienne programmée, etc.) ?

Votre accompagnement durant les contractions jusqu'à la poussée

Avez-vous des attentes ou des besoins pour vous sentir à l'aise ? (Lumière, musique, baignoire, douche, etc.)

Comment imaginez-vous pouvoir bouger (marcher pendant le travail, pouvoir vous positionner comme vous le souhaitez, utiliser un ballon, suspension, etc.)

la naissance

Vos souhaits concernant votre accompagnement lors de la phase de poussée

Avez-vous des souhaits concernant l'ambiance et l'équipement de la salle d'accouchement (lumière, musique, pouvoir utiliser un miroir pour voir la tête du bébé, etc.) ?

Avez-vous des souhaits concernant la place et la présence (ou l'absence) de votre accompagnant(e) lors de l'expulsion ?

Dans quelle position imaginez-vous mettre au monde votre enfant (sur le côté, accroupie, etc.) ?

Souhaitez-vous partager avec l'équipe la façon dont vous vous êtes préparée pour la poussée ?

Souhaitez-vous échanger avec les professionnels sur la protection de votre périnée : massages du périnée, compresses chaudes, etc. ?

Quelle(s) personne(s) souhaitez-vous avoir à vos côtés ?

Juste après la naissance

Avez-vous des souhaits concernant le moment où le cordon sera coupé et par qui ?

Souhaitez-vous partager des souhaits ou préoccupations concernant l'expulsion de votre placenta (délivrance dirigée, etc.) ?

Avez-vous des attentes concernant l'accueil du bébé : peau à peau avec vous ou votre accompagnant(e), pas d'éloignement d'avec les parents sauf nécessité, etc. ?

Avez-vous des souhaits concernant les soins du bébé à la naissance (pesée, examen clinique du bébé, présence de l'accompagnant(e) en cas de réanimation, administration de vitamine K, etc.) ?

Quels sont vos souhaits concernant l'alimentation de votre bébé : tétée de bienvenue, alimentation précoce au sein, lait artificiel, etc. ?

après la naissance

Avez-vous des souhaits concernant votre accompagnement au cours des jours qui suivent votre accouchement (présence partenaire, visites, durée séjour si en maternité) ?

Comment souhaitez-vous être accompagnée pour prendre soin de votre bébé (alimentation, baignage, couchage, peau à peau, dépistage néonatal) ?

Quels gestes souhaitez-vous savoir-faire dans les jours suivant votre accouchement ?

Quel soutien supplémentaire souhaiteriez-vous pour vous-même (échanges avec équipe, entretien avec un psychologue, etc.) ?

En complément de ce document avez-vous d'autres points que vous souhaiteriez aborder ?



Retrouvez toutes les informations du réseau sur le site du RSPA :

www.auvergne-perinat.org

