



MON PROJET DE NAISSANCE

Le projet de naissance, c'est un document qu'on prépare avant le jour de la naissance, pour partager les envies et les besoins que l'on a avec l'équipe médicale.

C'est une façon aussi de réfléchir à ce qui compte vraiment pour vous lors de la naissance:

ce que vous souhaitez comme ambiance dans la pièce, comment vous souhaitez gérer la douleur et le travail, les premiers instants de vie avec bébé.

Ça permet le jour J de ne pas avoir à y réfléchir, vous êtes déjà préparé.e, et donc d'être plus serein.e et confiant.e.

*Vous n'avez plus qu'à
compléter, rayer, entourer, ajouter des infos
(plusieurs choix possibles, ne vous limitez pas)
à ce document pour
rédiger le votre*



MON PROJET DE NAISSANCE

Informations générales

Noms et prénoms des parents

Comment souhaitez vous que l'équipe médicale vous appelle?

Date prévue d'accouchement

N° de la grossesse

Lieu d'accouchement



MON PROJET DE NAISSANCE

Présence

Qui sera présent lors de votre accouchement?

mon-ma partenaire

ma mère

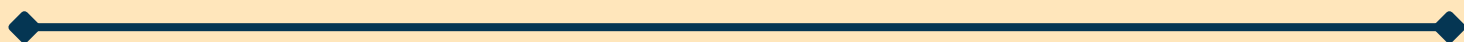
ma belle-mère

un•e ami•e proche

ma doula

je veux être seule

Votre accompagnant est-il informé de vos préférences?





MON PROJET DE NAISSANCE

Environnement

Quels sont vos souhaits pour la salle de naissance?

lumière douce

musique

silence

objets personnels

entrées et sorties limitées dans la pièce

Souhaitez vous un accès à la baignoire ou à la douche?

oui

si c'est possible

pas de préférence

Quels sont vos autres besoin pour votre confort?



MON PROJET DE NAISSANCE

Gestion de la douleur

Quels sont vos souhaits pour la gestion de la douleur?

la péridurale dès que possible

j'aimerais repousser la péridurale

je ne souhaite pas de péridurale

massages/toucher de mon accompagnant

respiration

sophrologie

hypnose

être dans l'eau

Qu'attendez vous de l'équipe médicale dans votre travail?

respecter mes souhaits sans insister

proposer des options

me guider

je verrai selon mes ressentis



MON PROJET DE NAISSANCE

Positions et mobilité

Souhaitez vous bouger librement pendant le travail?

oui c'est très important pour moi

je verrai selon mon ressenti

je préfère restée allongée

Pour la naissance, quelle position vous attire?

gynécologique (sur le dos)

accroupie ou à genoux

à quatre pattes

sur le côté

suspendue

je verrai selon mon ressenti



MON PROJET DE NAISSANCE

Accueil de bébé

Qui attrape bébé à sa sortie du ventre?

la sage-femme

mon accompagnant

moi-même

je verrai

Qui coupe le cordon ombilical?

la sage-femme

mon accompagnant

moi-même

je verrai

Souhaitez vous un clampage tardif du cordon (qu'il ne batte plus)?

oui c'est important pour moi

oui si c'est possible

pas de préférence



MON PROJET DE NAISSANCE

Accueil de bébé

Quelles sont vos préférences pour le peau à peau?

je ne veux pas faire de peau à peau

je veux que bébé soit nettoyé d'abord

peau à peau immédiatement à la naissance

peau à peau avec maman

peau à peau avec mon accompagnant

Si le sexe du bébé n'est pas connu, comment souhaitez vous le découvrir?

annonce par la sage-femme à la naissance

annonce par mon accompagnant

je veux découvrir moi-même

Souhaitez vous que l'équipe médicale appelle bébé par son prénom?

oui dès sa naissance

non je veux être la première à l'appeler par son prénom



MON PROJET DE NAISSANCE

Soins de bébé

Comment souhaitez vous nourrir bébé?

allaitement maternel exclusif

allaitement mixte

lait en poudre

tétée de bienvenue et je verrai

pas de tétée de bienvenue

Comment souhaitez vous que les soins soient réalisés?

en ma présence

avec mon accompagnant

pas de préférence

Quels sont vos souhaits concernant le bain de bébé?

à la maternité à J2

bain enveloppé si possible

à la maison (avec ma sage-femme libérale)

pas de préférence



MON PROJET DE NAISSANCE

Interventions

Comment souhaitez vous être impliquée dans les décisions médicales?

qu'on me donne les informations et qu'on me laisse un temps de réponse

je veux inclure mon accompagnant dans les décisions

possibilité de refuser ou repousser une intervention

je veux essayer des alternatives avant d'envisager une intervention

je veux être consultée avant chaque intervention

Quel type de monitoring souhaitez vous?

intermittent si possible

continu

selon l'avis médical

En cas de césarienne, quels sont vos souhaits?

je veux que mon accompagnant soit présent

je veux voir bébé sortir

je veux un peau à peau immédiat

je veux de la musique

je veux être informée de chaque étape



MON PROJET DE NAISSANCE

Autres

Crainces, expériences passées à prendre en compte, croyances
et valeurs importantes
