



CENTRE HOSPITALIER DE VICHY



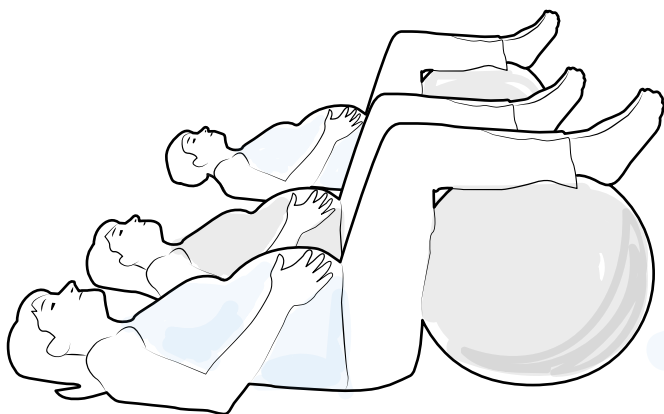
# PRÉPARATION À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ

ASSURÉE PAR LES SAGES-FEMMES DU CENTRE HOSPITALIER

PÔLE FEMME-ENFANT

PRÉPARATION À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ

## MÉTHODE GLOBALE



**Sept séances alliant travail corporel et échanges libres sur les thèmes de la grossesse, la naissance et la parentalité.**

Les papas sont les bienvenus.

### DURÉE

1h par séance.

### LIEU

Salle de préparation, pôle femme-enfant de l'hôpital, 1<sup>er</sup> étage.

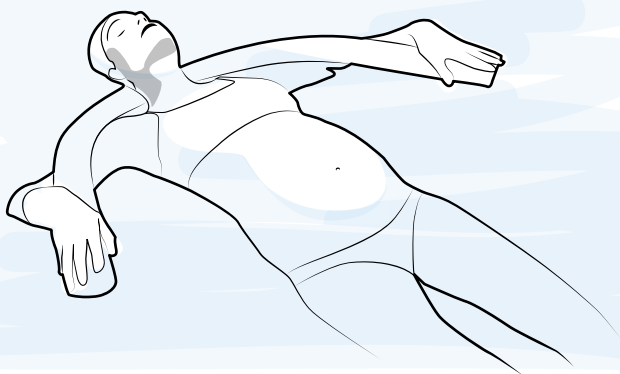
### HORAIRES

Lundi, mardi, mercredi et vendredi, à 17h ou 18 h.

Se munir d'une tenue confortable et d'un drap de bain.

PRÉPARATION À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ

## MÉTHODE AQUATIQUE



**Sept séances alliant un travail musculaire en eau chaude, la respiration et la relaxation afin d'améliorer les maux de la grossesse, de se préparer à la naissance et de se détendre.**

Il n'est pas nécessaire de savoir nager.

### DURÉE

1h par séance.

### LIEU

Piscine du SESSAD la Néottie, 34 av. de Provence à Cusset, derrière l'hôpital.

### HORAIRES

Jeudi à 17h et 18h.

Se munir d'un maillot et bonnet de bain et d'un certificat de non contre-indication délivré par un médecin.

PRÉPARATION À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ

## MÉTHODE YOGA



**Sept séances où postures alliées à la respiration vous permettront de vous détendre, de prendre confiance, de soulager les maux de la grossesse et de vous préparer à l'accouchement.**

### DURÉE

1h par séance.

### LIEU

Salle de préparation, pôle femme-enfant de l'hôpital, 1<sup>er</sup> étage.

### HORAIRES

Jeudi à 9h, à 10h ou 11h.

Se munir d'une tenue confortable et d'un drap de bain.

PRÉPARATION À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ

7 SÉANCES REMBOURSÉES À 100 %  
PAR LA SÉCURITÉ SOCIALE

## INSCRIPTIONS

Les inscriptions se font dès le cinquième mois de grossesse, au secrétariat des consultations de gynécologie obstétrique, **sur place** ou en appelant le numéro ci-dessous :



04 70 97 34 09



Vous conserverez pour les sept séances consécutives les mêmes jours et les mêmes horaires.

En cas d'indisponibilité, merci de prévenir le secrétariat.

**Avant la 1<sup>ère</sup> séance :** passez au bureau des entrées pour obtenir votre bon de consultation itératif (ce bon sera valable pour les 7 séances).

## ENTRETIEN PRÉNATAL INDIVIDUEL

En début de grossesse, une sage-femme effectue l'entretien prénatal précoce pour adapter le suivi de votre grossesse en fonction de vos besoins et désirs.

## CONSULTATIONS HOMÉOPATIQUES

## CONSULTATIONS D'HYPNOSE

## CONSULTATIONS DE VISITE POST-NATALE

## CONSULTATIONS D'ÉCHOGRAPHIE

À NOTER : VOS CONSULTATIONS MENSUELLES PEUVENT ÊTRE RÉALISÉES PAR LA MÊME SAGE-FEMME.

