

Consultations de soutien ou de préparation à l'allaitement avec une sage-femme référente en allaitement sur rendez-vous

Echanges sur votre projet de naissance : Avec une sage-femme de l'équipe le lundi matin

Séances de massage nouveau-nés : un samedi matin par mois par une auxiliaire de puériculture du service.
Gratuit pour les bébés nés à la maternité et sur inscription après la naissance (à partir d'1 mois de vie)
Demandez les informations durant votre séjour

Rééducation du périnée prescrite par votre médecin ou sage-femme lors de la visite postnatale. Proposée par une sage-femme du service.

Prise en charge des douleurs du pré et post-partum (dos, bassin...) sur prescription médicale avec un kinésithérapeute.



INFORMATIONS PRATIQUES

HOPITAL SAINT JOSEPH SAINT LUC

20 Quai Claude Bernard
69007 Lyon

SECRETARIAT MATERNITE

04 78 61 85 86

Tramway

Ligne T1, arrêt Quai Claude Bernard
Ligne T2, arrêt Centre Berthelot

Bus

Ligne 35, arrêt Rue de l'Université

Métro

Ligne A, arrêt Ampère – Victor Hugo
Ligne TB, arrêt Jean Macé

Gare TGV

Perrache ou Jean Macé



PREPARATION A LA NAISSANCE ET A LA PARENTALITE

Service de maternité

QUELQUES INFOS POUR CHOISIR LES COURS QUI VOUS CONVIENNENT LE MIEUX

Pour qui ?

Toutes les patientes qui accouchent dans notre maternité et souhaitent avoir des informations et poser des questions à des professionnels

Le co-parent peut participer uniquement à la préparation classique.

Avec qui ?

Des sages-femmes de l'équipe qui travaillent en salle d'accouchement et en service de suites de couches.

Comment ça se déroule ?

4 séances : 3 séances de 2 heures et 1 séance de 1 heure.

Elles sont prises en charge par la Sécurité Sociale (tiers payant).

Quand et comment s'inscrire ?

Au début du 6^{ème} mois, auprès de notre secrétariat, **lors de vos consultations, ou par téléphone au**

04 78 61 85 86 ou par email à l'adresse maternite@saintjosephsaintluc.fr

Où ?

Toutes les séances se déroulent au 2^{ème} étage, à gauche en sortant des ascenseurs dans une pièce dédiée.

QUELLE PREPARATION ?

Classique : à débiter à partir du 7^{ème} mois

En groupe (maximum 8 personnes)

- **Séance N° 1** : présentation de la maternité et motifs de consultation en urgence.
- **Séance N° 2** : gestion de la douleur (position, respiration). Péridurale.
- **Séance N°3** : l'accouchement : physiologie et pathologie
- **Séance N°4** : rythmes et besoins du nouveau-né

Yoga multipare :

A partir du 6^{ème} mois

- Relaxation
- Respiration
- Postures

Yoga primipare :

A partir du 6^{ème} mois

- **1er temps** : relaxation et postures
- **2^{ème} temps** : reprise des thèmes de la préparation classique (co-parent admis)

PREPARATION NAISSANCE SOPHROLOGIE

A partir du 6^{ème} mois

- **1er temps** : reprise des thèmes de la préparation classique
- **2^{ème} temps** : sophrologie (relaxation, évacuation des tensions, exercices de respiration et gestion de la douleur)

Ateliers santé et environnement autour de la naissance

Un atelier par mois (2 heures) animé par une sage-femme.

Informations, échanges et questions sur la qualité de l'air intérieur, l'alimentation et les cosmétiques pour les femmes enceintes et les nouveau-nés

Informations maternité :

sur inscription, le jeudi matin, pour les patientes ayant suivi des cours de préparation à la naissance en libéral

Entretien prénatal précoce individuel avec une sage-femme à partir du 4^{ème} mois

LE SERVICE PROPOSE EGALEMENT :

Consultations dédiées aux femmes victimes de violences avec une sage-femme sur rendez-vous

Table ronde mensuelle sur l'allaitement :

4 thèmes sont abordés en alternance (positions allaitement, rythme du nouveau-né, reprise du travail et allaitement, partage d'expériences).