



Accompagnement à la parentalité



CLINIQUE MUTUALISTE
LA SAGESSE
— GROUPE MUTUALISTE —

*La maternité est une expérience unique ; elle se vit et s'accueille.
Chaque femme possède en elle les ressources qui lui permettent
de transmettre la vie et de devenir mère.*

*A la Clinique Mutualiste La Sagesse, nous mettons en place plusieurs
actions pour vous accompagner sur ce nouveau chemin de la parentalité.*

Ce petit livret vous présente de façon synthétique nos propositions.

N'hésitez pas à nous questionner si vous souhaitez en savoir plus.

◊ Préparation à la naissance et à la parentalité

L'attente et l'arrivée d'un enfant sont des moments de vie exceptionnels. Différentes possibilités de préparation à la naissance existent. Elles ont toutes pour objectif de permettre aux femmes et aux couples d'élaborer le projet d'accueil de leur(s) bébé(s).

A la Clinique Mutualiste La Sagesse, nous vous proposons **à partir du 6^{ème} mois, des séances au cours desquelles nous vous apportons des informations précises et pratiques** sur différents thèmes tels que la grossesse, l'accouchement, le séjour et le retour à la maison. Cette préparation est basée sur l'écoute, le dialogue, les échanges entre parents et complétée par des exercices corporels (étirements, postures de relaxation, massages, respiration...). Elles sont animées par une même sage-femme pour l'ensemble des séances, le tout dans une ambiance bienveillante.

Nous abordons aussi avec vous **la grossesse dans son déroulement** et son vécu sous l'angle du confort corporel et émotionnel de la femme au quotidien.

Nous échangeons sur le **déroulement de l'accouchement** et le processus qui se met en place dans le corps de la femme mais aussi sur la manière dont nous pouvons vous accueillir et vous accompagner dans cette expérience.

Nous donnons également une place très importante à **«l'après accouchement»** : l'accueil de votre bébé, son vécu et le vôtre en tant que parents, les compétences, les besoins et les ressources de chacun pendant cette période.



Enfin, **une visite de notre espace naissance et de la maternité** vous est proposée. Votre sage-femme peut répondre à vos questions au fur et à mesure de vos rencontres et sera ravie de vous retrouver lors d'une séance post-natale avec votre(vos) bébé(s), pour partager au sein de votre groupe vos expériences de parents.

> **INFOS PRATIQUES :**

- 7 séances (d'environ 1 heure) au rythme d'une séance par semaine (à partir du 6^{ème} mois) + 1 séance post-natale environ 6 semaines après l'accouchement.
- Les séances ont lieu le lundi, mardi, jeudi ou vendredi. 5 créneaux disponibles entre 10h15 et 16 heures.
- Petits groupes de 2 ou 3 femmes enceintes accompagnées si elles le souhaitent de leur conjoint(e).
- Séances prises en charge par l'Assurance maladie.

🕒 **Rythmes du bébé, alimentation et allaitement**

Une réunion est organisée autour de différents thèmes tels que l'alimentation à l'éveil du bébé, son rythme des premières semaines ainsi que l'accompagnement de l'allaitement maternel, de sa mise en place jusqu'au retour à la maison.

- Elle est animée par une puéricultrice de la maternité.
- Afin d'en discuter ensemble avant la naissance, nous vous proposons un moment d'échange le 1^{er} mardi de chaque mois de 14 à 16 heures.



>> **L'Entretien Individuel Prénatal Précoce (EIPP)**

Cet entretien, individuel ou en couple, vous est proposé dès le 4^{ème} mois de grossesse par une sage-femme de la maternité.

C'est un espace de dialogue pour vous permettre d'exprimer vos propres perceptions de cette grossesse qui débute, vos désirs, vos difficultés éventuelles, votre contexte de vie ou toute autre chose que vous jugerez utile de nous faire part.

La sage-femme de l'équipe vous guide et organise avec vous un suivi de grossesse adapté à votre situation personnelle.

➤ Des ateliers après la naissance

ATELIER MASSAGE BÉBÉS* :

Votre bébé a entre 1 et 10 mois ?

Venez apprendre à le masser au cours de 5 ateliers animés par une puéricultrice de la maternité, certifiée par l'AFMB (Association Française de Massage pour Bébé).

> massagelasagesse@gmail.com

ATELIER PORTAGE BÉBÉS* :



Ces ateliers vous proposent une découverte ou un perfectionnement aux techniques de portage en 3 séances de 3 heures, pour les futurs parents et parents avec bébé jusqu'à 10 mois.

Les ateliers sont animés par une infirmière puéricultrice de la maternité, formée par l'Ecole de Transmission du Portage des Bébé «Porter, Simplement».

> portagelasagesse@gmail.com

* Ces ateliers ne sont pas pris en charge par la Sécurité sociale.

PLUS D'INFOS :

Pour prendre rendez-vous ou pour toutes informations complémentaires sur ces propositions*, contactez le secrétariat de la maternité de La Sagesse au :
02 99 85 75 65

* Sauf pour les ateliers massage et portage où le contact ne se fait que par mail.



Accessibilité Langue des signes



CLINIQUE MUTUALISTE
LA SAGESSE
— GROUPE MUTUALISTE —

Clinique Mutualiste La Sagesse

4 place Saint-Guénolé / CS 44345

35043 RENNES CEDEX

Tél. : 02 99 85 75 75 / accueil@lasagesse.fr

www.clinique-rennes.fr