

CYCLE DE PLEINE CONSCIENCE

PAR LE SERVICE DE PSYCHIATRIE

i Pour les (futurs) parents et, s'ils le souhaitent, leur bébé en période pré et postnatale

Les défis de la parentalité sollicitent un travail sur la présence, la patience et la réactivité du parent à ce à quoi confronte le bébé. En développant la capacité de modulation de sa réactivité, le parent peut soutenir son bébé à réguler sa propre manière d'être.

📅 Mardis 14, 21, 28 janvier - 4, 11, 18, 25 février et 11 mars 2025

💰 0 et 22,5 € maximum pour le cycle entier

📍 Route 511 - Service de Psychiatrie

CONSULTATION D'ALLAITEMENT

PAR DES SAGES-FEMMES

i Consultation individuelle pour toutes les femmes désirant plus d'informations sur la façon dont elles peuvent nourrir leur nouveau-né, ayant un vécu difficile d'un premier allaitement, ayant subi une opération mammaire, etc.

📍 Route 206 - Consultation prénatale

● ● ● ● Clinique de la Femme Enceinte

MASSAGE FEMME ENCEINTE

PAR DES SAGES-FEMMES

i Séances individuelles

Massage global harmonisant favorisant un bien-être physique et mental pendant la grossesse et en postnatal.

📅 En journée ou en soirée

🕒 1h

📍 Route 510 A (MIC)

ATELIER PORTAGE DU BÉBÉ

PAR DES SAGES-FEMMES

i Séance collective, les accompagnant(e)s sont les bienvenus

Un atelier unique proposant une initiation au portage physiologique et la démonstration des différents systèmes existants.

🕒 2 h

📍 Route 510 A (MIC)

Une visite virtuelle de la salle d'accouchement et de la maternité ainsi que des vidéos d'information sont disponibles via www.stpierre-bru.be



STP-BR-0160 - 01/25



PRÉPARATION À LA NAISSANCE AU CHU SAINT-PIERRE



● ● ● ●

Pour toutes les femmes accouchant au CHU Saint-Pierre, suivies ou non dans l'hôpital.



INSCRIPTIONS

Secrétariat de la Consultation Prénatale

📍 Route 206

☎ 02 535 47 13



Site Porte de Hal

Rue Haute 322, 1000 Bruxelles

+32 (0)2 535 31 11

www.stpierre-bru.be

Les préparations à la naissance bénéficient d'une **prise en charge financière totale** (séance collective) ou **partielle** (séance individuelle) de la part de votre mutuelle.

PARCOURS PRÉNATAL PERSONNALISÉ

PAR DES SAGES-FEMMES

OBLIGATOIRE

i Consultation individuelle

Nouveautés et indispensables à savoir avant le séjour à la maternité.

 ± 14 semaine d'aménorrhée : discussion sur le suivi de grossesse et les différentes prépa à la naissance

 ± 30 semaine d'aménorrhée : naissance, élaboration du projet de naissance, prise en charge en Post-partum

 30 min

 Route 205 - Consultation prénatale

PRÉ ADMISSION

PAR UNE EMPLOYÉE ADMINISTRATIVE

OBLIGATOIRE

i Consultation individuelle

Permet de régler l'aspect administratif du séjour à la maternité avant l'accouchement.

 À partir de 24 semaines d'aménorrhée

 30 min

 Route 206 - Consultation prénatale

SÉANCES D'INFORMATION

PAR DES SAGES-FEMMES ET UN PÉDIATRE

± 15 sem : La grossesse

± 28 sem : L'accouchement

± 30 sem : L'allaitement

± 32 sem : Le retour à domicile

i Séances collectives, les accompagnant(e)s sont les bienvenus(e)s

 Lundi / 18h à 20h

Guide de survie à l'usage des jeunes parents

i Très recommandé pour les patientes enceintes de leur 1^{er} enfant

 3^{ème} mardi du mois / 10h à 12h

Mon corps, magrossesse et moi

i Destiné aux femmes, avant ou après leur accouchement, avec leurs bébés

Nous y aborderons les modifications corporelles et psychiques de la grossesse et de la naissance, la sexualité, le consentement, la reprise des rapports et la contraception.

 1^{er} mercredi du mois / 10h à 12h

 FORUM - CHU Saint-Pierre
Entrée C, rue Haute 322
1000 Bruxelles

PRÉPARATION GLOBALE À L'ACCOUCHEMENT

PAR DES SAGES-FEMMES

i Séances collectives ou individuelles, les accompagnant(e)s sont bienvenus(e)s

4 séances donnant des informations sur la physiologie de la grossesse, l'accouchement et le post-partum. Elles sont également des moments de détente incluant respiration et mouvement pour la grossesse et l'accouchement. Une visite de la maternité et la salle d'accouchement est prévue.

 À partir de 28 semaines d'aménorrhée / en matinée ou en soirée / 4 séances étalées sur 4 semaines + 1 séance post accouchement

 2h00 - 2h30

 Route 510 A (MIC)

VISITE DE LA SALLE D'ACCOUCHEMENT ET DE LA MATERNITÉ

PAR DES SAGES-FEMMES

i Visite collective, sans enfant

Elle permet aux futurs parents de se repérer et d'être rassurés avant la naissance de leur bébé.

 À tout moment de la grossesse /

 1h30

 Route 206 - Consultation gynécologique

PRÉPARATION À LA NAISSANCE PAR CÉSARIENNE

PAR DES SAGES-FEMMES

i Séance collective, pour les patientes ayant une césarienne programmée

Elle aborde, dans ce contexte, le projet de naissance, notre protocole en douceur et le post-partum. Une visite de la salle de naissance peut être organisée afin de permettre aux futurs parents de se repérer et d'être rassurés avant la naissance de leur bébé.

 À partir de 34 semaines d'aménorrhée / 1 seule séance

 1h30

 Route 510 A (MIC)

KINÉSITHÉRAPIE PRÉNATALE

PAR UN KINÉSITHÉRAPEUTE

SUR PRESCRIPTION

i Séances individuelles

Séances de kinésithérapie abordant différents thèmes autour de la grossesse et de l'accouchement (information, préparation du périnée, mobilité du bassin, respiration et préparation à la poussée, ...).

 À partir de 12 semaines d'aménorrhée / 4 séances

 Clinique de Périnéologie - Site Alexiens
Rue des Alexiens, 13
1000 Bruxelles - 3^{ème} étage

 02 506 70 91

YOGA PRÉNATAL

PAR DES SAGES-FEMMES

i Séances collectives, sans accompagnant(e)s

Séances de yoga proposant aux femmes enceintes un moment de détente avec leur bébé grâce à des postures simples et des exercices respiratoires.

 À partir de 28 semaines d'aménorrhée

 1h15

 Route 510 A (MIC)

DEVENIR PARENTS

PAR DES SAGES-FEMMES

i A destination des futurs parents

Journée autour du passage à la parentalité avec 4 ateliers:

- les premiers gestes: bain, change, habillage, emmaillotage
- le portage
- la mise en route de l'allaitement maternel
- le rôle de l'accompagnant durant le travail et accouchement

 Samedi 01/02, 24/05, 27/09, 20/12/2025 de 9h30 à 16h00

 33,45 €/ journée

 FORUM - CHU Saint-Pierre
Entrée C, rue Haute 322
1000 Bruxelles

PRÉPARATION AQUATIQUE PRÉNATALE

PAR DES SAGES-FEMMES

i Séances collectives, prévoir maillot de bain et bonnet, sans accompagnant(e)s

4 séances offrant des exercices de relaxation en piscine pour la grossesse et l'accouchement.

 À partir de 30 semaines

 BAINS DE BRUXELLES
Place du Jeu de Balle
Rue du Chevreuil, 28
1000 Bruxelles

HYPNONAISSANCE

PAR DES SAGES-FEMMES

i Séances individuelles, en couple ou en groupe

Préparation à la naissance permettant, grâce à l'hypnose, de vivre son accouchement de façon plus sereine, plus naturelle et avec moins de douleur.

 À partir de 26 semaines d'aménorrhée / 4 à 7 séances

 1h15 - 2h

 Route 510 A (MIC)