



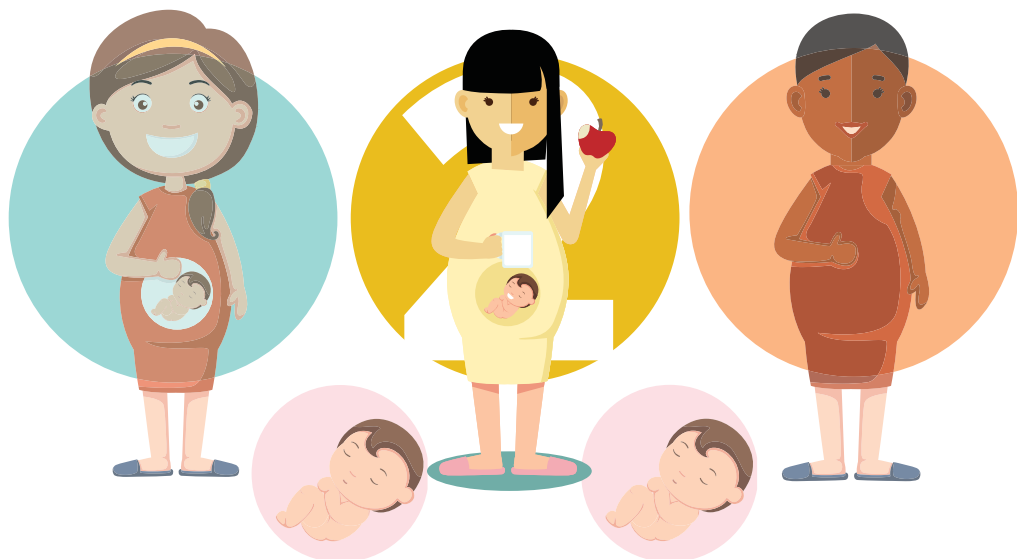
CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter



Clinique de la Femme Enceinte
Zwangerschapskliniek



PRÉPARATION À LA NAISSANCE AU CHU SAINT-PIERRE



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



BIEN-NAITRE

par des sages-femmes **OBLIGATOIRE**

Consultation individuelle expliquant les nouveautés et les indispensables à savoir avant le séjour à la maternité.

- > **Quand ?** À partir de 24 semaines d'aménorrhée.
 - > **Durée :** 30 min
 - > **Où ?** Route 205 – Consultation Périnatale
-

PRÉ ADMISSION

par une employée administrative

OBLIGATOIRE

Consultation individuelle permettant de régler l'aspect administratif du séjour à la maternité avant l'accouchement.

- > **Quand ?** À partir de 24 semaines d'aménorrhée.
 - > **Durée :** 30 min
 - > **Où ?** Route 205 – Consultation Périnatale
-

VISITE DE LA SALLE D'ACCOUCHEMENT ET DE LA MATERNITÉ

par des sages-femmes

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

- > **Quand ?** A tout moment de la grossesse. Mercredi à 17h45
- > **Où ?** Route 206 – Consultation gynécologique

SÉANCE 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

- > **Quand ?**
 - Lundi de 18h à 20h

Avant ou après la naissance :

Guide de survie à l'usage des jeunes parents

- > *Très recommandé pour les patientes enceintes de leur 1er enfant.*

- > **Quand ?**
 - 3 ème mardi du mois de 10h à 12h

- > **Où ?** FORUM CHU Saint-Pierre
Entrée C, rue Haute 322 - 1000
-

YOGA PRÉNATAL

par des sages-femmes

Séances de YOGA proposant aux femmes enceintes un moment de détente avec leur bébé grâce à des postures simples et des exercices respiratoires (sans accompagnant.e.s)

- > **Quand ?** À partir de 28 semaines d'aménorrhée. En matinée ou en soirée
- > **Durée :** 1h15
- > **Où ?** Route 510A (MIC)

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.

YOGA POSTNATAL

par des sages-femmes

Séances de YOGA permettant une remise en forme après l'accouchement pour les mamans. Les bébés sont les bienvenus!

- > **Quand ?** 2 mois après l'accouchement - Le jeudi à 13h45
- > **Durée :** 1h15
- > **Où ?** Route 510A (MIC)

PRÉPARATION GLOBALE À L'ACCOUCHEMENT

par des sages-femmes

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

- > **Quand ?** À partir de 28 semaines d'amé-norrhée. En matinée ou en soirée
4 séances étalées sur 4 semaines + 1 séance post accouchement
- > **Durée :** 1h15 à 2h
- > **Où ?** Route 510 A (MIC)

PRÉPARATION PRÉNATALE AQUATIQUE

par des sages-femmes

4 séances offrant des exercices de relaxation en piscine pour la grossesse et l'accouchement (sans accompagnant(e))

- > **Quand ?** A partir de 30 semaines.

Vendredi de 17h à 19h.

- > **Où ?** RDV aux Bains de Bruxelles - Place du jeu de Balle - Rue du Chevreuil, 28 à 1000 BXL

Prévoir maillot de bain et bonnet + 4 € pour l'entrée à la piscine.

HYPNONAISSANCE

par des sages-femmes

Séances individuelles, en couple, de préparation à la naissance permettant, grâce à l'hypnose, de vivre son accouchement de façon plus sereine, plus naturelle et avec moins de douleur.

- > **Quand ?** A partir de 26 semaines d'amé-norrhée, 4 à 7 séances.
En journée.
- > **Durée?** 1h15
- > **Où ?** Route 510 A (MIC)

CONSULTATION D'ALLAITEMENT

par des sages-femmes

Consultation individuelle spécialisée dans l'allaitement maternel et artificiel du nouveau-né et les pathologies mammaires de la lactation, le vécu difficile d'un premier allaitement, etc.

- > **Pour qui ?** Toutes les femmes désirant plus d'informations sur la façon dont elles peuvent nourrir leur nouveau-né, vécu difficile d'un premier allaitement, opération mammaire, etc.
- > **Quand ?** Lundi, mercredi et vendredi (avant ou après la naissance)
- > **Où ?** Route 205 - Consultation Prénatale

MASSAGE FEMME ENCEINTE

par des sages-femmes

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

- > **Quand ?** A tout moment pendant la grossesse, en journée ou en soirée.
- > **Durée?** 1h
- > **Où ?** Route 510 A (MIC)

ATELIER PORTAGE DU BÉBÉ

par des sages-femmes

Un atelier unique proposant une initiation au portage physiologique et la démonstration des différents systèmes existants. Séance collective (ou individuelle à la demande).

- > **Quand ?** En journée.
- > **Où ?** Route 510 A (MIC)

SÉANCE INDIVIDUELLE DE KINÉSITHÉRAPIE PRÉNATALE

par un kinésithérapeute

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,...).

- > **Quand ?** À partir de 12 semaines d'aménorrhée. 4 séances
- > **Où ?** RDV à la clinique du périnée - Site César De Paepe - Rue des Alexiens, 13 - 1000 BXL - 3ème étage

Attention : Inscriptions au secrétariat de la Clinique du Périnée :
T. 02/506.70.91

Inscriptions :

Secrétariat de la Consultation prénatale – route 205

ou par téléphone T. 02/535.47.13 ou via le site de l'hôpital.



**CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter**

CHU Saint-Pierre/Site Porte de Hal
rue Haute 322 - 1000 Bruxelles
T. 02/535.31.11

WWW.STPIERRE-BRU.BE

Une visite virtuelle de la salle d'accouchement et de la maternité ainsi que des vidéos d'informations sont disponibles via