

Projet de naissance

Ce document va vous aider à préparer votre projet de naissance.

Le but de ce document est de **vous donner des idées**. Vous pouvez répondre à une ou plusieurs questions. Vous pouvez aussi ajouter d'autres idées qui ne sont pas dans ce document.

Ce document a été créé à partir de la directive nationale (1) par des professionnels et des usagers de la région.

Écrire un projet de naissance n'est pas obligatoire. Mais cela vous permet de **réfléchir à ce que vous souhaitez** pour votre grossesse, votre accouchement et **d'en parler avec nous**. Si vous préférez vous laisser guider par l'équipe, c'est également possible. Cela nous aidera à mieux vous accompagner pour que vous vous sentiez bien et en sécurité.

Vous pouvez écrire votre projet de naissance sur ce document ou sur une feuille libre. Nous vous conseillons ensuite de prendre rendez-vous avec une sage-femme pour en parler ensemble.

Votre projet de naissance peut changer à tout moment pendant la grossesse.

- **Faisons connaissance**
- **Vos besoins pour l'accouchement**
- **Votre accompagnement après la naissance**

(1) Directive qualité portant sur le contenu attendu d'un projet de naissance rédigée par le groupe projet composé du CNGOF (Collège National des Gynécologues et Obstétriciens Français), du CNSF (Collège National des Sages-Femmes de France), L'association AUDIPOG (Association des Utilisateurs de Dossiers Informatisés en Pédiatrie, Obstétrique et Gynécologie), la Société Marcé Francophone, Word Association for Infant Mental Health section Francophone, du CARO (Club Anesthésie-Réanimation en Obstétrique), de la SFMP (Société Française de Médecine Périnatale), du CIANE (Collectif Inter associatif Autour de la Naissance), de l'association nationale des sages-femmes coordinatrices et de l'association Nationale des sages-femmes libérales.

Écrivons ensemble, votre projet de naissance

Pour mieux vous accompagner, voici quelques questions.
Répondez à celles qui vous inspirent

1

Faisons connaissance

- Souhaitez-vous vous présenter en parlant de vos soutiens (famille, amis, professionnels de santé), de **vos forces** (compétences, qualités), de **votre histoire** (expériences passées importantes, médicales ou personnelles) ?
- Avez-vous **des besoins et des peurs** liés à l'accouchement (inquiétudes, de quoi avez-vous besoin pour être rassurée) ?

2

Vos besoins pour l'accouchement

- Qui voulez-vous avoir à vos côtés pour **vous accompagner** pendant le travail ?
- Avez-vous des préférences pour **l'ambiance de la salle** ?
(Lumière tamisée, musique, baignoire, douche)
- Voulez-vous pouvoir **marcher ou utiliser des positions spécifiques** (ballon, suspension) pendant le travail ?
- Voulez-vous une **péridurale** et si oui, à quel moment ?
- Avez-vous des attentes lors de la **phase de poussée** ?
(Quelle position, type de poussée, présence de l'accompagnant)
- **En cas de césarienne**, avez vous des demandes ?
(Présence de l'accompagnant à vos côtés, participation active, champ transparent ...)
- Après la naissance avez-vous des attentes pour **la prise en soin de votre enfant** ?
(Réalisation du peau à peau, clampage du cordon, alimentation du nouveau-né, réalisation des premiers soins du nouveau-né)

3

Votre accompagnement après la naissance

- Quelle **durée de séjour** en maternité envisagez-vous ?
- Quelles sont vos attentes pour **la présence de votre partenaire et les visites** ?
- De quel accompagnement avez-vous besoin pour les **soins de votre bébé** (alimentation, bain, couchage, portage...) ?
- De quel autre soutien avez-vous besoin ? (échanges avec l'équipe, **entretien avec un psychologue...**)



L'équipe de la maternité s'engage à soutenir la réalisation de votre projet de naissance dans la mesure du possible. Cependant, nous devons respecter les recommandations nationales et assurer un niveau de sécurité optimum, ce qui peut parfois limiter certaines demandes. Nous tenons à souligner que le déroulement de l'accouchement est imprévisible et que, en cas de pathologie, il peut être difficile de répondre à toutes les attentes exprimées dans votre projet de naissance. Votre consentement sera toujours sollicité avant toute intervention. Nous comprenons également que vos besoins peuvent évoluer et que certains aspects peuvent rester incertains. N'hésitez pas à communiquer directement avec notre équipe. Nous sommes là pour répondre à vos questions et nous adapter au mieux aux circonstances au moment venu.