

# Mon projet de naissance

## Qu'est-ce que le projet de naissance ?

Dans ces recommandations professionnelles relatives à la préparation à la naissance et à la parentalité (PNP) publié en 2005, la Haute Autorité de Santé oriente vers un accompagnement global de la femme et du couple en favorisant leur participation dans le projet de naissance. Ce projet est un outil de communication parents-professionnels en vue de préparer le moment de la naissance de votre enfant.

Il vise à renforcer la confiance entre vous, votre accompagnant(e) et les professionnels de santé de la maternité qui seront présents à vos côtés lors de la naissance de votre enfant.

Aussi, mieux vous connaître permet aux équipes de la maternité de répondre à vos questions et vos besoins quel que soit le déroulé de votre accouchement.

## Quel est l'utilité du projet de naissance ?

Vous pouvez utiliser le projet de naissance pour envisager et échanger avec les professionnels de la maternité autour des différentes étapes de l'accouchement et de ses suites (*travail, naissance, soins pour vous et votre enfant, séjour à la maternité ou suivi à domicile, etc.*).

Ce document est informel et ne constitue pas un contrat entre vous et l'équipe médicale. C'est pourquoi, certains de vos souhaits pourraient évoluer à votre demande ou ne pas pouvoir être réalisés pour des raisons médicales.

## Comment construire votre projet de naissance ?

Nous vous conseillons de vous renseigner sur les différentes pratiques proposées par nos équipes au sein de notre service de maternité.

Votre projet de naissance peut prendre la forme qui vous convient (*feuille blanche, communication verbale etc.*).

Nous vous proposons un formulaire avec des questions ouvertes ou une zone de texte libre afin de réfléchir à vos souhaits ou vos besoins. Vous pouvez l'utiliser librement : n'en remplir qu'une partie, en faire un simple support de discussions ou encore aborder d'autres sujets. L'essentiel est de pouvoir poser toutes les questions qui sont importantes pour vous.

**Vous pouvez le faire évoluer tout au long de votre grossesse et de votre accouchement.**

Votre projet de naissance sera relu par une sage-femme du CHU de Caen et un rendez-vous vous sera proposé **uniquement si** :

- certaines de vos demandes ne pourraient être envisagées au regard des éléments de votre dossier médical ou des équipements disponibles et/ou compétences mobilisables au sein de notre établissement ;
- si des précisions sur vos souhaits sont nécessaires.







# FAISONS CONNAISSANCE : VOS RESSOURCES ET BESOINS

## Pendant cette grossesse, j'ai été suivie par :

(plusieurs réponses possibles)

- Un médecin traitant       Un.e sage-femme       Un.e acupuncteur-riche  
 Un.e gynécologue       Un.e psychologue       Autre : .....
- 

## Pendant cette grossesse, je suis accompagnée et je peux être soutenue par :

(plusieurs réponses possibles)

- Mon / ma conjoint.e       Des connaissances moins proches  
 Ma famille       Je ne suis pas accompagnée  
 Un.e ou des amis
- 

## J'ai suivi une préparation à la naissance et à la parentalité :

- Oui →  au CHU Caen Normandie  
 Non       en ville :  Classique     Sophrologie     Méditation     Piscine     Yoga  
 Hypnose     Haptonomie     Chant       Autre : .....
- 

## Visite de la maternité souhaitée ?

- Oui       Non  
 Ne sait pas encore

## De manière générale, pour la naissance à venir, je me sens :

- Sereine     Un peu inquiète     Très inquiète
- 

Sur une échelle de 0 (pas du tout de stress) à 10 (niveau maximum de stress) à combien évaluez-vous votre niveau de stress concernant l'accouchement, entourez la réponse :





# ACCOMPAGNEMENT DURANT LES CONTRACTIONS JUSQU'À L'ACCOUCHEMENT

## Quelle personne souhaitez-vous avoir à vos côtés lors du travail et de l'accouchement ?

*vous pouvez être accompagnée par la personne de votre choix, qui doit être adulte. Il doit s'agir de la même personne tout au long du travail.*

- Conjoint-e  Autre : .....
- Je ne souhaite pas être accompagnée
- 

## Vos besoins pour vous sentir à l'aise :

- Musique  Tenue (*précisez : blouse de l'hôpital, tenue personnelle adaptée*) : .....
- Douche / bain
- Éclairage tamisé
- Autre besoin : .....
- 

## Pour accompagner la douleur, si les circonstances le permettent, je souhaite utiliser les méthodes / équipements suivants :

- Bain  Ballon  Massage  Méditation
- Douche  Respiration  Chant  Haptonomie
- Autre : .....  Acupression
- 

## Concernant la mobilisation, je souhaite avoir recours à

- la marche le plus longtemps possible  Un ballon  Des suspensions
- Autre : .....  Je ne sais pas
- 

## Concernant la péridurale (péridurale déambulatoire possible sous conditions) :

*(plusieurs réponses possibles)*

- Je ne sais pas encore  Je ne souhaite pas de péridurale, mais souhaite pouvoir changer d'avis à tout moment  Je souhaite une péridurale rapidement
- Je souhaite une péridurale le plus tardivement possible
- 

## Si une césarienne est programmée avant le travail ou décidée en cours de travail :

- Je souhaite la présence de mon / ma partenaire au bloc opératoire si les conditions médicales le permettent :
- Qu'il-elle accompagne et reste à côté de notre enfant après la naissance
  - Qu'il-elle reste à mes côtés après la naissance en salle de réveil
- Je ne souhaite pas la présence de mon.ma partenaire au bloc opératoire
- Mon / ma partenaire ne souhaite pas être présent au bloc opératoire



## ACCOMPAGNEMENT LORS DE LA PHASE DE POUSSÉE

**Dans quelle position imaginez-vous mettre au monde votre bébé si les conditions le permettent ?**

- Allongée sur le dos       Allongée sur le côté       Un peu assise  
 À quatre pattes       Autre : .....
- 

**Si cela est possible, je souhaiterais toucher ou voir (miroir) la tête de mon bébé pour bien percevoir sa progression**

- Oui       Non       Je ne sais pas encore



## JUSTE APRÈS LA NAISSANCE

**Le cordon ombilical qui relie le fœtus au placenta permet au bébé de se nourrir pendant la grossesse. Il est coupé après la naissance ; c'est indolore pour le nouveau-né :**

- Je souhaite qu'il soit coupé par un professionnel       Je souhaite le couper moi-même  
 Je souhaite que mon / ma partenaire le coupe
- 

**Pour les soins de mon bébé à la naissance (*pesée, examen clinique, etc.*), je souhaiterais :**

- Participer si mon état le permet       Nous souhaiterions participer tous les deux si cela est possible  
 Que mon / ma conjoint-e participe
- 

**Mise en peau-à-peau sur vous dès la naissance pour une durée la plus prolongée possible\*. Si des soins urgents sont nécessaires pour vous, cette pratique peut être proposée au co-parent :**

- Je souhaite que cela soit proposé à mon / ma partenaire       mon / ma partenaire ne le souhaite pas.
- 

**Pour l'alimentation de mon bébé, je souhaite :**

- Un allaitement maternel       Même si je ne souhaite pas allaiter, j'aimerais réaliser une tétée d'accueil en salle de naissance  
 Un allaitement artificiel  
 Un allaitement mixte       Je ne sais pas encore

\* *sauf si nécessité de soins immédiats*



## PENDANT LE SEJOUR À LA MATERNITÉ

Je souhaiterais que mon / ma partenaire reste dormir à la maternité pour participer aux soins de notre enfant :  Oui  Non

---

Pendant mon séjour, en complément de la prise en charge habituellement organisée pour la mère et l'enfant, je souhaiterais pouvoir rencontrer :

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Une psychologue        | <input type="checkbox"/> Je n'y ai pas encore réfléchi |
| <input type="checkbox"/> Une assistante sociale | <input type="checkbox"/> Je n'en éprouve pas le besoin |
- 

**Concernant les futurs soins de mon bébé** (*change, bain, etc.*) :

Je me sens :  Sereine  Un peu inquiète  Très inquiète

Je souhaite :  Être accompagnée un maximum  Être en autonomie un maximum

---

Je souhaiterais que le premier bain soit donné à la maison en accord avec l'équipe de la maternité

- Oui  Non  Je ne sais pas encore



## LE RETOUR À LA MAISON

**Le retour à domicile se fait en général entre le 3<sup>ème</sup> et le 5<sup>ème</sup> jour après l'accouchement.**  
Je souhaiterais :

- Un retour anticipé si les conditions médicales le permettent, avec un accompagnement par un-e sage-femme libéral-e informé-e pour la maman et un pédiatre ou médecin généraliste pour le nouveau né.
  - Un retour standard (> 72 h si voie basse et > 96 h si césarienne)
- 

Le suivi médical de mon bébé sera assuré par :

- La PMI  Un pédiatre  Un médecin traitant

*S'il y a d'autres points que vous souhaitez aborder, vous pouvez les noter sur l'espace libre de la page 2.*

