

## Cours préparation à la naissance :

7 cours remboursés par la sécurité sociale. L'ordre des cours peut varier.

**Cours 1 : Anatomie** (utérus/placenta/ membrane amniotique/dilatation du col...) qu'est-ce qu'une contraction ? Motifs d'urgences ? terme et post terme ?

**Cours 2 : Allaitement maternelle/ biberon**

**Cours 3 : de 0 à 10 cm de dilatation.** Quand aller à la maternité ? Pour quels motifs ? comment cela se passe t'il jusqu'au moment des efforts expulsifs ? Qu'est ce que la césarienne et pourquoi la fait-on ? ...

**Cours 4 : La gestion de la douleur** pendant le travail.

**Cours 5 : Les efforts expulsifs et l'accouchement.**

**Cours 6 : Après l'accouchement pour la maman et le couple.** Comment gérer la fatigue ? Comment trouver son rythme ? ...

**Cours 7 : Soin bébé.** Quels soins pour le bébé. Comment gérer les pleurs ? quels sont les examens et rendez-vous à prévoir ? Vers qui se tourner pour être aidé...