

La grossesse, un temps pour se préparer à être parents

Programme des cours



Programme des cours

Cours hebdomadaire

Cours trois en un

Samedi 9h à 13h / Sage-femme

Vivre sa grossesse au quotidien, l'accouchement, une nouvelle vie commence et retour à domicile.

Allaitement

Jeudi 13h30 à 15h / Sage-femme consultante en lactation

Informers sur l'alimentation du nouveau-né. Favoriser le dialogue avec les professionnels autour de l'alimentation.

L'accouchement

Mercredi 18h à 20h / Sage-femme et médecin

Découvrir le processus habituel de l'accouchement : les signes précurseurs du travail, le moment de partir pour la Maternité, la dilatation du col, la douleur, la naissance. Aborder le sujet des accouchements instrumentés et de la césarienne. Visite de la Maternité.

Grossesse en mouvement

Jeudi 16h à 17h30 / Sage-femme

1h30 de détente partagée avec d'autres femmes (sans accompagnant). Connaître des postures et des mouvements qui vous aident à prendre conscience de votre bassin et de votre périnée. Apprendre à gérer la douleur des contractions.

Une nouvelle vie commence et retour à domicile

Jeudi 18h à 19h30 / Sage-femme

Donner des outils pour accompagner la mère, le couple dans sa nouvelle vie. Informers sur le déroulement des premiers jours à la Maternité. Préparer le retour à domicile. Renseigner sur la contraception et la rééducation du périnée.

Cours mensuel

Vivre sa grossesse au quotidien

Lundi 18h à 19h30 / Sage-femme

Connaître et comprendre les modifications liées à la grossesse. Conseils sur l'hygiène de vie pendant cette période. Prévention de la prématurité et informations sur «quand venir à la Maternité».

A la découverte de votre futur bébé

Lundi 12h30 à 14h / Sage-femme et psychologue

Préparer les parents à comprendre leur futur bébé, son «langage» et son bien-être émotionnel.

Soulager la douleur pendant l'accouchement

Mardi 18h à 19h30 / Sage-femme, médecin et anesthésiste

Découvrir les différentes possibilités pour soulager la douleur.

Grossesses multiples

Vendredi 13h à 14h30 / Sage-femme et médecin

Accompagnement précoce des femmes, des couples qui attendent des jumeaux ou plus...

Informations pratiques

Quand vous inscrire ?

Dès le 4^e mois de grossesse, vous pouvez vous inscrire en participant seule ou accompagnée par la personne de votre choix aux cours qui vous intéressent.

En cas d'empêchement, nous vous remercions de nous informer au ☎ 022 382 42 26.

Tarifs des prestations

Cours trois en un, l'accouchement, grossesse en mouvement, une nouvelle vie commence et retour à domicile, vivre sa grossesse au quotidien, à la découverte de votre futur bébé et soulager la douleur pendant l'accouchement.

Forfait (1 à 6 cours) de 250 francs à payer dès la 1^{ère} participation. L'assurance de base paye une contribution de 100 francs, le reste de la facture étant à votre charge. Si vous êtes au bénéfice d'une assurance complémentaire, nous vous laissons le soin de la contacter directement afin de vous informer sur son éventuelle participation à ces frais.

Allaitement

Le conseil en allaitement est remboursé jusqu'à trois consultations par l'assurance de base sans participation financière de l'assurée (franchise et quote-part).

Grossesses multiples

Cette prestation spécialisée est remboursée comme une consultation médicale sans participation financière de l'assurée (franchise et quote-part).

Tout rendez-vous non décommandé 24h à l'avance sera facturé.

✉ Adresse

Hôpitaux universitaires de Genève
Maternité - Service d'obstétrique
Boulevard de la Cluse 30, 1205 Genève

Renseignements

☎ 022 382 42 26

➦ <http://gyneco-obstetrique.hug-ge.ch/>