



## Le projet de naissance personnalisé Voici une aide à sa rédaction

Le projet de naissance personnalisé concerne tous les futurs parents et chaque projet est unique.

C'est un écrit qui permet d'exprimer vos souhaits, voire vos appréhensions, et de penser le temps de la naissance en fonction de vos propres valeurs et choix personnels.

Ce document permet à l'équipe de mieux vous connaître et d'adapter l'accompagnement au plus près de vos attentes, de vos besoins et du climat général que vous souhaitez pour accueillir votre enfant.

Rédiger son projet de naissance c'est se constituer en acteur de la naissance de son enfant.

Il se rédige durant la grossesse, idéalement au cours de la préparation à la naissance, et se discute avec la sage-femme ou le médecin. Il est remis à la sage-femme ou au médecin lors de la consultation du 9ème mois ou à l'entrée en salle de naissance.

S'il n'a pas été rédigé préalablement, il peut faire l'objet d'une discussion avec le professionnel qui vous accueillera en salle de naissance et qui prendra des notes pour les transmettre à l'équipe.

A titre d'exemples voici une liste de questions non limitative auxquelles vous pourriez répondre :

- Quel(s) accompagnant(s) souhaitez-vous pendant l'accouchement ?
  
- De quoi avez-vous peur ?
  
- Quelles sont les choses importantes pour vous ?
  
- Souhaitez-vous un accouchement avec la plus faible ingérence médicale possible ?  
oui/non
- **Gestion de la douleur :**
  - J'ai envie d'essayer sans péridurale  
oui/non
  - J'ai envie de rester mobile autant que possible  
oui/non
  - J'aimerais essayer d'autres moyens que la péridurale  
oui/non
  - Si je souhaite modérer la douleur : **Le plus tôt possible/Le plus tard possible**
- **Souhaitez-vous que la personne qui vous accompagne soit présente**
  - au moment des examens gynécologiques  
oui/non
  - au moment de la naissance  
oui/non
- L'explication de chaque geste est de règle. Mais ceci peut vous apparaître stressant. Vous avez la possibilité de ne pas souhaiter ces explications  
Oui/non

- Je ne souhaite pas trop voir et savoir Oui/non
  
- Me prévenir du déroulement du travail et de la cadence d'examens Oui/non
- Je souhaite pouvoir déambuler pendant le travail Oui/Non
- Je souhaite décider de la position pour mon accouchement Oui/Non
- J'ai été informée qu'une épisiotomie peut être nécessaire Oui/Non
- Au moment de l'accouchement qu'attendez-vous du rôle de l'accompagnant ?
  - Section du cordon Oui/Non
  - Peau à peau du bébé avec l'accompagnant Oui/Non
- Si je n'ai pas encore fait mon choix, je souhaite avoir des d'informations concernant l'allaitement maternel et le lait maternisé et être accompagnée avec bienveillance dans mon choix Oui/Non
- Je souhaite, sauf indication médicale précise, qu'on ne me rompe pas la poche des eaux Oui/Non
  
- **En cas de césarienne en urgence, voici mes souhaits**
  - Accompagnée Oui / non
  - Je souhaite dans la salle d'opération pouvoir prendre mon bébé dans mes bras Oui / non
  - Si le bébé ne peut pas rester auprès de moi, je ne souhaite pas qu'il soit donné un biberon pendant les deux heures de salle de réveil Oui / non
  - Je souhaite voir mon bébé avant qu'il ne quitte la salle d'opération Oui / non
  - Je souhaite n'être séparée à aucun moment de mon bébé si possible Oui / non
- **Dans le service de maternité**
  - Ne pas donner de complément de lait maternisé en cas d'allaitement maternel Oui/Non
  - Je souhaite la présence de la personne accompagnante Oui/Non
  - Autre demande

La naissance reste toujours une source de surprise et d'imprévis qu'il s'agisse ou non d'un premier enfant. Le déroulement de l'accouchement est par nature imprévisible et des changements peuvent être nécessaires, parfois rapidement.

Le projet de naissance n'a donc pas pour but de garantir le déroulement de l'accouchement selon vos souhaits, mais l'équipe médicale qui vous entoure aura à cœur de vous permettre d'accueillir votre bébé dans les meilleures conditions.

Questions complémentaires possibles :

---



---



---



---



---



---