

---

# Votre projet de naissance

---

- Ce projet de naissance est un outil pour vous guider dans votre réflexion. Il peut évoluer à tout moment.
- Il va vous permettre de communiquer vos souhaits, vos craintes et ce qui est important pour vous.
- C'est une base de discussion avec l'équipe médico-soignante qui vous accompagnera.

Vos nom et prénom : .....

Votre accompagnant : .....

Ses coordonnées téléphoniques : .....

Si vous avez des idées pour votre accouchement, ou si vous avez déjà accouché, quel(s) événement(s) souhaiteriez-vous vivre / revivre ou au contraire exclure ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Environnement  
pour votre travail,  
votre accouchement**

Miroir - Volume monitoring -  
Musique - Pouvoir manger  
/ boire - Couverture /  
coussins personnels...

**Communication**

Toutes les informations  
de soins / étapes.  
Quelques un des  
soins / étapes...

**Nourrir  
votre enfant**

Au sein (allaitement  
maternel) - Au biberon  
(allaitement artificiel) - Tétée  
d'accueil - Sein + biberon  
(allaitement mixte)...

**Equipements  
/ accessoires  
souhaités**

Ballon - Cacahuète,  
Baignoire/bain - Galette - Barre  
de suspension - Coussin  
maternité - Tabouret -  
Liane...

**Premiers instants  
avec bébé**

Clampage retardé du cordon  
- Peau à peau - Mensurations  
différées (H2)

**Méthode d'aide à la  
gestion des contractions**

Bain/Douche - Ballon - Liane - Mettre  
en pratique « ma » préparation à la  
naissance apprise - Acupuncture  
- Hypnose - Mobilisation / me  
déplacer librement - Massage  
avec +/- d'huiles essentielles -  
Homéopathie - Protoxyde  
d'azote...

**Position  
d'accouchement**

Accroupie - Sur le dos -  
A 4 pattes - Sur le côté -  
Debout - Assise...

**Avez-  
vous rédigé  
vos directives  
anticipées ?**

