

Si vous n'avez pas encore reçu ce livret,
n'hésitez pas à le demander auprès de
votre médecin ou de votre sage-femme !



Contacts

msppayssabolien@gmail.com

 www.msppayssabolien.com

Suivez notre actualité!



Les ateliers grossesse : pourquoi?

“

Bon à savoir

Le co-parent est le bienvenu
lors des ateliers !



Des ateliers grossesse construits pour répondre au mieux à vos besoins...

Vous êtes enceinte et suivie par un médecin ou une sage-femme de la maison de santé du pays sabolien ? Vous êtes les bienvenu(e)s pour participer aux ateliers grossesse !

Un livret "grossesse, santé et parentalité" vous sera systématiquement remis au début de la grossesse

Un premier atelier à 3-4 mois de grossesse avec une sage-femme et une diététicienne

Un second atelier à 7-8 mois de grossesse avec une diététicienne et une psychomotricienne

Un questionnaire de satisfaction vous sera remis à la fin de chaque atelier

Concrètement, comment ça se passe ?

1 Votre médecin ou votre sage-femme vous informe tout d'abord de la possibilité de participer aux ateliers

Ensuite, si vous souhaitez y participer, nous vous invitons à nous contacter par mail (adresse au dos)

3 Plusieurs dates vous seront proposées pour vous inscrire aux ateliers. Vous n'avez rien à faire de plus !



Pourquoi ces ateliers ?

Les ateliers grossesse sont une véritable opportunité pour les futurs parents de vivre cette période unique de manière sereine et informée.

Ils offrent un espace d'échange et de sensibilisation autour des thématiques clés de la maternité.

Ces ateliers permettent :

- D'acquérir des connaissances essentielles : choix des produits, alimentation, développement du bébé...
- De mieux comprendre les changements du corps et d'apprendre à s'y adapter
- D'échanger avec d'autres futurs parents, de partager ses expériences et de créer du lien dans un environnement bienveillant