

La
maternité



Préparation
à la naissance
et à la parentalité
L'hypnose
prénatale

La préparation à la naissance
par l'hypnose s'adresse
aux femmes enceintes :

- qui souhaitent découvrir l'hypnose
- qui souhaitent un accouchement le plus naturel possible en s'appuyant sur leurs ressources intérieures
- qui ont peur de l'accouchement
- qui veulent retrouver une sécurité intérieure et une confiance en elles-mêmes
- ou encore celles qui sont curieuses de découvrir une autre méthode de préparation à l'accouchement.

secrétariat de la Maternité
au **02 32 73 40 83**

2^{me} étage du Pavillon Femme Mère Enfant
Maternité du Groupe Hospitalier du Havre - Hôpital Jacques Monod
29 avenue Pierre Mendès France - Montivilliers



GRUPE
HOSPITALIER
DU HAVRE

Cette préparation est basée sur l'apprentissage de l'autohypnose au cours de la grossesse quelque soit le terme de l'accouchement. C'est une préparation de groupe avec 6 personnes maximum. Elle s'effectue dans la salle de préparation par le yoga au 2^{eme} étage, au niveau des secteurs d'hospitalisation de la maternité.

Ghislaine SOUDAY,
sage-femme du Groupe
Hospitalier du Havre,
formée à la préparation
à la naissance et à la
parentalité en hypnose prénatale,
vous invite aux séances
de préparation
hypnose prénatale

Elle peut être prise en charge par la sécurité sociale comme toute séance de préparation à l'accouchement ou payante au tarif de 16.80 € euros si les huit séances remboursables ont déjà été effectuées.

Une seule séance par parturiente suffit pour cet apprentissage. Ces séances durent deux heures et se pratiquent assise sur un fauteuil. Vous êtes entourée de coussins ou allongée sur le côté pour celles qui ne sont pas suffisamment confortables en position assise prolongée.

**Ces séances sont collectives.
Prévoir des vêtements amples et un plaid.**

L'objectif de cette préparation :

L'objectif de cette préparation est de pouvoir gérer du mieux possible l'inconfort au moment de l'accouchement par l'autohypnose en se concentrant à rester calme, confortable, en se faisant confiance. L'objectif n'est pas d'éviter à tout prix une anesthésie péridurale. Autohypnose et anesthésie péridurale sont tout à fait compatibles.