



# Ton projet de naissance ?

## Je voudrais ou je voulais :

- Mon partenaire proche de moi ou quelqu'un d'autre
- La péridurale dès que possible ou le plus tard possible
- Une position précise pour accoucher
- Une épisiotomie en prévention
- Attraper mon bébé à la sortie
- Donner la tétée d'accueil
- Que mon mari coupe le cordon
- Faire un chant prénatal
- Ecouter une musique particulière
- Danser
- Faire du ballon
- Accoucher dans l'eau
- Être dans le silence
- Filmer l'accouchement
- Ne pas être monitorer tout le temps



# Ton projet de naissance

## Je voudrais ou je voulais aussi :

- Pouvoir manger pendant le travail
- Laisser la déchirure naturelle si possible
- En cas de césarienne, que mon bébé aille à son autre parent
- Un miroir pour voir la naissance de mon bébé
- Faire du peau-à-peau immédiatement après l'accouchement
- Nourrir mon bébé au biberon
- L'aide d'une sage-femme pour mon allaitement
- Sortir de la maternité très rapidement
- Pouvoir me déplacer
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....