



Des études ont démontré que les femmes qui s'étaient renseignées au sujet de la grossesse étaient plus susceptibles de profiter de leur état. L'expérience vécue par ces femmes leur procurait une plus grande satisfaction, car elles sentaient que les connaissances acquises leur avaient permis d'avoir une meilleure emprise sur leur grossesse et leur accouchement.

Partir du bon pied, Société des obstétriciens et des gynécologues du Canada



Centre de
santé communautaire
du Grand Sudbury



Programmes pour la famille et la petite enfance

19, chemin Froad, Sudbury (Ontario) P3C 4Y9
670-2166

26, rue Main, Chelmsford (Ontario) POM 1L0
855-8084

4446-5, rue Dennie, Hanmer (Ontario) P3P 1L2
969-5560



Centre de
santé communautaire
du Grand Sudbury

Cours prénatals

Programmes pour la famille et
la petite enfance



Des cours qui visent à appuyer et
préparer les parents dans cette étape
de leur vie.

Pourquoi s'inscrire à un cours

Le cours vise à vous :

- Préparer à l'accouchement et à la période postnatale
- Aider à comprendre les transformations amenées par une grossesse.



Comment ça se passe?

- Le cours est donné par une infirmière, une diététiste et une travailleuse en santé communautaire
- Les rencontres se font en groupe dans une atmosphère conviviale
- Les besoins des pères sont respectés



Quels sujets sont abordés?

- Signes précurseurs du travail
- Phases du travail
- Comment favoriser le bon déroulement du travail
- Naissance
- Période post-partum
- Besoins alimentaires durant la grossesse
- Le nouveau-né
- Sommeil/pleurs et soins du bébé
- Lien d'attachement et les bienfaits du toucher
- Sécurité du bébé
- Ressources communautaires
- Vie du couple

Comment s'y prendre?

Le cours prénatal est gratuit et offert selon la demande.

Pour des renseignements :

Gaetane au 670-2166

