

Pour tous renseignements,  
concernant uniquement les  
préparations à la naissance

**Prendre contact auprès du  
secrétariat au :**

02-99-17-72-94

du lundi au vendredi  
de 13h45 à 15h15



<http://www.ch-fougeres.fr>

# PRÉPARATION À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ

Les sages femmes du Centre Hospitalier de Fougères vous proposent une préparation « à la carte » :

- Un entretien individualisé
- Des séances en groupe sur les thèmes suivants :
  - ♣ Présentation et visite de la maternité,
  - ♣ Le travail,
  - ♣ L'accouchement,
  - ♣ Le séjour,
  - ♣ Respiration-Relaxation,
  - ♣ Pratiques en vue de l'accouchement (seule ou en couple),
  - ♣ Une séance sur l'allaitement maternel.



Les horaires des séances en groupe :

**Le lundi**

**de 14h00 à 15h00  
et de 17h45 à 18h45**

**Le jeudi**

**De 14h00 à 15h00**

**Le vendredi**

**de 14h00 à 15h00  
Et de 17h45 à 18h45**

Les papas sont les bienvenus pour  
chaque séance  
(sauf pour la respiration-relaxation).

**Pour toutes les séances ,  
prévoir un paréo ou un drap de bain.**



**Merci de prévenir  
en cas de désistement**