

# Cours de préparation à la naissance



Bien vivre sa grossesse  
Mieux connaître son corps et ses possibilités  
Envisager l'accouchement sans appréhension  
Apprendre à se relaxer  
Partager ce moment privilégié de la vie  
Se familiariser avec la maternité de  
L'Hôpital de Nyon

## Cours de Préparation à la Naissance

### Durée du cours, participants :

Les cours comprennent 4 séances de 1h45 chacune.

Elles peuvent également être regroupées sur un week-end si les demandes sont suffisantes.

Les papas sont les bienvenus à toutes les séances.

### Thèmes :

Différents thèmes seront développés par la sage-femme :

Grossesse, accouchement, allaitement, retour à domicile

Gymnastique, respiration, relaxation, rééducation périnéale

### Horaires :

Les cours commencent à 19h30 et se terminent à 21h15.

### Tarifs :

La finance d'inscription est fixée à 235,- pour l'ensemble des séances.

Un bulletin de versement vous sera adressé avec le calendrier des cours.

### Inscription :

Elle sera définitive dès que votre bulletin d'inscription nous sera parvenu.

### Calendrier des cours :

Vous serez informée de la date des cours, par courrier, une dizaine de jours avant le début des cours.

### Bulletin d'inscription

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Date de Naissance : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

N° postal : \_\_\_\_\_

Localité : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_

N° de tél. et heures d'appel possible :

- Privé : \_\_\_\_\_

- Professionnel : \_\_\_\_\_

Date du terme présumé : \_\_\_\_\_

Quel est votre médecin traitant :

\_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Cocher l'option préférée :

Cours du soir : \_\_\_\_\_

Cours du week-end : \_\_\_\_\_



G. H. O. L.  
Hôpital de zone de Nyon  
Maternité  
Ch. Monastier 10  
1260 Nyon