

mondépartement 04

En attendant bébé

ALPES DE HAUTE  
PROVENCE  
LE DÉPARTEMENT

# La grossesse

## Par qui et où se faire suivre ?

- Par un gynécologue-obstétricien à l'hôpital ou dans un cabinet
- Par un gynécologue médical dans un cabinet ou dans un centre de planification
- Par un médecin généraliste
- Par une sage-femme

## Quand ?

- Le plus tôt possible, une fois par mois ; la dernière visite devant être faite par un membre de l'équipe obstétricale de votre maternité.

## Ce qui est important

- Un bilan sanguin
- Trois échographies
- Entretien prénatal précoce
- Consultation anesthésiste au 8<sup>e</sup> mois
- Constitution du dossier médical au 8<sup>e</sup> mois

## Les petits plus

- Une visite chez le dentiste en début de grossesse
- Rencontre avec une diététicienne
- Les activités aquatiques prénatales

## La préparation à la naissance

### Pour qui ?

- Celles qui s'interrogent
- Celles qui veulent être écoutées
- Celles qui souhaitent rencontrer d'autres couples
- Celles qui veulent préparer la venue de bébé

### Par qui ?

- Par les sages-femmes hospitalières, libérales ou P.M.I.

### Quand ?

- Le plus tôt possible, au plus tard au 6<sup>ème</sup> mois de grossesse

### Où ?

- Dans les maternités
- Dans les centres médico-sociaux
- En libéral

# Et après



## Pour vous

- La contraception
- La visite post-natale dans le 2<sup>e</sup> mois qui suit la naissance de bébé
- La rééducation périnéo-abdominale
- La vaccination contre la rubéole si vous n'êtes pas immunisée



## Pour votre bébé

- Une visite par mois : pédiatre, médecin traitant, consultation de nourrisson au centre médico-social...
- Un accompagnement à domicile possible par l'infirmière puéricultrice de P.M.I.
- Les activités aquatiques

## Coordonnées

### Où trouver les équipes de P.M.I. et de planification ?

Dans les centres médico-sociaux (CMS)

<b>Pour contacter le CMS le plus proche de votre domicile :</b>	<b>FORCALQUIER</b> Les Récollets Place St Pierre Tél. 04 92 75 06 01
<b>ANNOT</b> Rue Basse Tél. 04 92 83 25 80	<b>MANOSQUE</b> 49 bd E. Bourges Tél. 04 92 70 17 50
<b>BARCELONNETTE</b> Avenue Porfirio Diaz Tél. 04 92 81 12 37	<b>ORAISON</b> Rue Paul Blanc Tél. 04 92 79 92 97
<b>CASTELLANE</b> 126 bd Frédéric Mistral Tél. 04 92 83 77 19	<b>RIEZ</b> Rue Jules Henry Tél. 04 92 77 87 71
<b>CHÂTEAU-ARNOUX/ SAINT-AUBAN</b> 3 route Nationale Tél. 04 92 64 34 15	<b>ST-ANDRÉ-LES-ALPES</b> Place de Verdun Tél. 04 92 89 10 23
<b>DIGNE-LES-BAINS</b> Immeuble F. Cuzin 4 rue de la Grave Tél. 04 92 30 09 00	<b>SEYNE-LES-ALPES</b> Maison de l'enfance et des services publics Rue du Barri Tél. 04 92 35 01 02
<b>ENTREVAUX</b> Place Charles Panier Tél. 04 93 05 43 67	<b>SISTERON</b> 3 rue Alsace-Lorraine Tél. 04 92 61 06 92

### Conseil départemental des Alpes de Haute-Provence

13 rue du Docteur Romieu - CS 70216

04995 Digne-les-Bains Cedex 9

[www.cg04.fr](http://www.cg04.fr)