

Des sages-femmes vous accompagnent également tout au long de votre grossesse.



- **Un groupe de paroles maman-bébé**, 1 fois par mois, co animé par une sage femme et une psychologue (avec participation).
- **Réunion d'information réservée aux pères**, 1 fois par mois de 18h à 19h30, animée par un pédiatre (avec participation).
- **Les « cours de rattrapage »** : quand venir à la maternité, l'accouchement, les suites de couches, ont lieu le 2ème et 4ème vendredi de chaque mois.
- **L'entretien prénatal** dès le 4ème mois de votre grossesse (consultation de 40min le lundi-mardi-mercredi-vendredi matin ou après-midi), inclus dans les cours de préparation à la naissance.
- **Une consultation en lactation**, le mardi et jeudi matin (1h avec votre bébé).
- **Une consultation d'acupuncture** (avec participation) le vendredi.
- **Des séances de gym aquatique** le mercredi pour les femmes enceintes (3 créneaux horaires : 12h-13h/14h-15h/15h-16h - avec participation). Bassin de Sainte-Marie par une sage femme diplômée.

Les cours de préparation à la naissance et la sophrologie

Ces cours sont animés par une sage-femme. Ils sont au nombre de 8 remboursés par la sécurité sociale. [Réservez vos cours](#)

Des cours de sophrologie (avec participation) vous sont proposés avec une sage-femme, en petit groupe tout au long de la grossesse. Ces cours se terminent par une séance de relaxation.

La préparation spirituelle à la naissance

La Pastorale Familiale (Diocèse de Paris) et l'aumônerie du Groupe hospitalier Paris Saint-Joseph proposent une préparation spirituelle autour de la naissance. Cette préparation, ouverte à tous, se déroule en [3 soirées sur le site du Groupe hospitalier Paris Saint Joseph](#).

Réseau ville hôpital

Vous avez la possibilité de **contacter durant votre grossesse une sage-femme libérale que vous pourrez revoir après votre sortie** de la maternité pour compléter votre suivi.