

# Rencontres prénatales au Saguenay–Lac-Saint-Jean



## Bienvenue aux mamans et à leur conjoint(e)!

### L'arrivée d'un bébé...

C'est le début d'une grande aventure dans la vie de parents. La grossesse, l'accouchement, la naissance et le retour à la maison peuvent faire vivre différentes émotions et soulever plusieurs interrogations.

**Les rencontres prénatales visent à offrir un lieu d'échanges et de soutien, afin de :**

- vous aider à vivre une grossesse sereine et en santé, en accord avec vos valeurs;
- favoriser la santé, le bien-être et le développement optimal de votre bébé;
- vous accompagner tout au long de votre expérience périnatale, de la grossesse à l'arrivée de bébé à la maison;
- vous informer de l'existence des ressources de soutien dans la communauté.

Au cours de ces rencontres, vous trouverez des réponses à vos questions et aurez la possibilité d'échanger avec d'autres futurs parents.

*Le CIUSSS du Saguenay–Lac-Saint-Jean a comme vision d'offrir des soins de santé ainsi que des services sociaux accessibles et efficaces, s'adaptant aux besoins de la population de la région. Les rencontres prénatales visent à répondre aux besoins de la population vivant une grossesse.*

### Description des rencontres

Il y aura 6 rencontres prénatales au total dont certaines vous seront offertes sous forme de capsule vidéo. L'information vous sera véhiculée par divers intervenants (infirmières, nutritionniste, sage-femme et intervenante sociale) en partenariat avec des organismes communautaires du territoire.

