Bientôt Bébé offers you childbirth classes taught by experienced nurses knowledgeable in the current practices of labour, delivery and newborn care.

Class participants assume an active role in developing their knowledge and confidence in the birth and care of their baby.

We look forward to guiding you through this wonderful transition into parenthood.

Pregnant moms-to-be attend:

- ✓ 1 class per week for 7 weeks, Monday to Thursday, 7:00pm - 9:00pm.

OR...

- ✓ 2 consecutive Saturdays (intensive course), 9:30am - 4:00pm.

PLUS...

- ★ Infant care 7:00pm - 9:30pm.
- ★ Anesthesia 7:00pm - 8:30pm.

Partners are welcome and encouraged to participate in every class.

Fees: $160 per couple (taxes included)*

Class size is limited.

We recommend that classes are completed a minimum of 3 weeks prior to delivery date.

*Fee subject to change

Preparation for childbirth

- ✓ Physical and psychological changes during pregnancy
- ✓ Body mechanics and exercises
- ✓ Comfort measures (Breathing and relaxation techniques, massage)
- ✓ Understanding labour
- ✓ Interventions during labour and delivery
- ✓ Caesarean birth
- ✓ Tour of the Birthing Center
- ✓ Postpartum care, emotional changes
- ✓ Infant feeding
- ✓ Infant care (monthly)
- ✓ Pain control lecture by an anaesthetist

Bientôt Bébé Bientôt Bébé Bientôt Bébé Bientôt Bébé Bientôt Bébé Bientôt Bébé Bientôt Bébé Bientôt Bébé Bientôt

Bientôt Bébé

Préparation à la Naissance
Childbirth Education Program

Lieu / Location

Hôpital Royal Victoria (CUSM)
Royal Victoria Hospital (MUHC)

Bientôt Bébé vous offre une session de cours prénataux enseignés par des infirmières connaissantes des pratiques courantes du travail, de l'accouchement et des soins du nouveau-né.

Les participants assument un rôle actif en développant leurs connaissances et leur confiance dans le processus de la naissance ainsi que dans les soins de leur bébé.

Ce serait pour nous un plaisir de vous guider dans la préparation de cette merveilleuse transition dans le rôle de parent.

Les femmes enceintes suivent:

✓ 1 cours par semaine durant 7 semaines, lundi au jeudi de 19h à 21h.

OU...

✓ 2 samedis consécutifs (cours intensif) de 9h30 à 16h.

PLUS...

★ Soins du nouveau-né
19h à 21h30

★ Anesthésie
19h à 20h30

Les conjoints sont les bienvenues et sont encouragés à participer à touts les cours.

Frais d'inscription: 160 $ par couple (taxes incluses)*

Le nombre de participants est limité.

On recommende compléter les cours au minimum 3 semaines avant la date d'accouchement.

*Frais peut changer

Préparation à la naissance

✓ Changements physiques et psychologiques durant la grossesse

✓ Mécanique corporelle et exercises

✓ Moyens pour soulager les inconforts (Respiration et relaxation)

✓ Compréhension du travail

✓ Interventions durant le travail et l'accouchement

✓ Naissance par césarienne

✓ Visite guidée du Centre des Naissances

✓ Soins postpartum, changements émotifs

✓ Allaitement

✓ Soins du nouveau-né

✓ Soulagement de la douleur par un anesthésiste (présentation en anglais)

Pour vous inscrire ou pour des renseignements, contactez:

To register or for further information, please call:

☎ **(514) 426-3362**

Bientôt Bébé
202 Belmont Ave.
Pointe-Claire, QC
H9R 5M8

@ **www.bientotbebe.ca**

M301 - Browne Amphitheatre (Medical Pavilion)

Les visites du Centre des Naissances et les cours de **RCR** (enfant) sont aussi disponibles. SVP appeler pour les coûts et les dates.

Tours of the Birthing Centre and infant **CPR** courses are also available. Please call for the prices and dates.

Directors: **Ronni Czuzoj**
Liz Tétreault