

## PLATEFORME ACTEUR DE MA SANTE

[www.acteurdemasante.lu](http://www.acteurdemasante.lu)



Notre plateforme digitale a pour ambition de vous informer de manière claire et ludique sur des sujets qui vous concernent en tant que futurs et nouveaux parents.

Parcourez la catégorie «**Grossesse et naissance**» et consultez nos différents outils didactiques :

- Les « **articles** » qui reprennent de manière synthétique les principaux éléments à retenir pour chaque sujet abordé,
- Les courtes **séquences vidéo** ou les **diaporamas** pour visualiser les bons gestes à réaliser,
- Les **quizz** pour tester vos connaissances,
- Les serious games,
- Certains ateliers prénatals donnés **en live**.

Tout ceci sans devoir vous déplacer, à votre rythme, autant de fois que vous le souhaitez. Toutes les informations mises en ligne sont rédigées et validées par des professionnels de santé des HRS.

**Toutes ces possibilités ne remplacent pas le suivi individuel par votre gynécologue et votre pédiatre.**

Nous vous rappelons également qu'en cas d'urgence, vous pouvez vous adresser à la polyclinique gynécologique et polyclinique pédiatrique (numéros de téléphone au verso de ce dépliant).

**Hôpitaux Robert Schuman - Clinique Bohler**  
5, Rue Edward Steichen, L-2540 Luxembourg  
T +352 286 911  
[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)  
[facebook.com/lapagedesparents](http://facebook.com/lapagedesparents)

### RENSEIGNEMENTS UTILES :

La liste des pédiatres vous est remise en cours de séjour. Une liste des sages-femmes libérales peut vous être remise sur demande.

**Réception Clinique Bohler**  
T +352 286 911

**Service Maternité Clinique Bohler**  
T +352 2862 9310

**Policlinique gynécologique Clinique Bohler**  
T +352 2862 9020

**Policlinique pédiatrique Hôpital Kirchberg**  
T +352 2862 5540

### SITES UTILES :

[www.acteurdemasante.lu](http://www.acteurdemasante.lu)  
[www.santepublic.lu](http://www.santepublic.lu)  
[www.santealimentmaternel.com](http://www.santealimentmaternel.com)

**HÔPITAUX ROBERT SCHUMAN**



## INFORMATIONS UTILES POUR L'APRÈS NAISSANCE

Réf. Nr. article Orbis: 1011358  
Description: DEPLIANT APRES LA NAISSANCE (FR)  
Imprimé au Luxembourg  
W. 07.2025 – Ed. 07.2025

hopitauxschuman.lu  
facebook.com/lapagedesparents

**APRÈS VOTRE SÉJOUR À LA MATERNITÉ, L'ÉQUIPE DU PÔLE FEMME, MÈRE, ENFANT DES HÔPITAUX ROBERT SCHUMAN RESTE DISPONIBLE POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOTRE NOUVELLE PARENTALITÉ.**

## **CONSULTATION DE GUIDANCE EN ALLAITEMENT MATERNEL**

L'installation de l'allaitement peut parfois présenter des difficultés (douleurs, mises au sein difficiles) ou demander un suivi particulier pendant quelques temps (prématurité, insuffisance de lait, faible prise de poids). La consultante en lactation vous aide à résoudre ces problèmes. Elle vous guide tout au long de votre allaitement. Sa disponibilité et son écoute vous soutiendront dans votre nouveau rôle de parents.

**Renseignements et rendez-vous**  
T +352 26 333 9020



## **SÉANCES POSTNATALES**

### **EN PRÉSENTIEL**

#### **ATELIER NESTING OU AGIR POUR LA SANTÉ DES GÉNÉRATION FUTURES**



Les 1000 premiers jours (de la conception jusqu'au 2 ans de l'enfant) sont considérés comme une étape primordiale dans le développement de bébé. Assurer son capital santé durant cette période sensible est l'affaire de tous. Cet atelier vous aide à identifier les polluants intérieurs et vous donne les moyens pour agir afin de créer un environnement sain pour vous et votre bébé.

### **DEVENIR ET ÊTRE PARENTS**



Animé par l'Ecole des Parents « Janusz Korczak ». Des conseillers évoquent votre engagement de parents, le rôle du père et de la mère dans l'éducation de l'enfant. Le lien que le père et la mère nouent avec leur petit marque le début de l'éducation jusqu'à l'entrée dans l'âge adulte.

### **EN LIGNE (SEANCES LIVE)**

#### **L'APRÈS NAISSANCE**



L'après-nissance ou quatrième trimestre de la grossesse est la période couvrant les 3 mois suivant la naissance. Différents thèmes sont abordés : le sommeil du nouveau-né, la prévention de la mort subite, le co-dodo, les pleurs de bébé, la sécurité affective, les coliques, la tétine, le portage...

## **MODALITÉS PRATIQUES DES ATELIERS EN PRÉSENTIEL ET EN LIGNE**

Inscriptions sur le site [www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu) en suivant le lien: Je suis patient/futurs parents > informations pour futurs parents > préparation à la naissance

Les ateliers sont accessibles uniquement pour les patientes ayant accouché au pôle Femme, Mère, Enfant des Hôpitaux Robert Schuman.

### **CONTACT :**

Tiphaine Dourster, Sage-femme, coordinatrice des séances pré et postnatales  
T +352 26 333 9526  
[prepa-naissance@hopitauxschuman.lu](mailto:prepa-naissance@hopitauxschuman.lu)

