

VOTRE SORTIE

Un courrier sera envoyé à votre médecin traitant et aux professionnels de santé intervenant dans votre prise en charge.

Le suivi de votre grossesse continuera d'être prise en charge par votre médecin habituel.



En cas de problème après la sortie, n'hésitez pas à contacter votre médecin ou le service Urgences Maternité :

 02 62 48 21 05

NOS INTERVENANTS

Médecin nutritionniste
Diététicienne
Sage-femme
Kinésithérapeute
Psychologue
Sophrologue

Responsables du service maternité
0262 48 23 81

POUR VOUS INSCRIRE

Pour connaître les dates des sessions et vous inscrire, appelez :

Secrétariat de Maternité
au **0262 48 21 10**
rdv.pme.csc@clinifutur.net

L'Hôpital De Jour
"Ma grossesse Ma santé"
est pris en charge dans
le cadre du parcours de soins
des femmes enceintes.

 Clinique Sainte-Clotilde

127, route du Bois de Nèfles, BP 105
97492 Sainte-Clotilde
Tél. : 0262 48 20 20 - Fax : 0262 48 23 67
csc@clinifutur.net
www.clinifutur.net -    

GROUP
E · DE ·
SANTÉ
CLINI
FUTUR



Clinique Sainte-Clotilde



HÔPITAL DE JOUR POUR FEMMES ENCEINTES EN SURPOIDS



Mars 2026

L'HÔPITAL DE JOUR POUR FEMMES ENCEINTES EN SURPOIDS

Qu'est ce que l'HDJ?

C'est un temps de sensibilisation, d'information et d'apprentissage qui m'est proposée afin de mieux comprendre ma santé, d'agir et de résoudre mes difficultés au quotidien.

Si vous étiez en surpoids avant d'être enceinte ou si vous prenez "trop" de poids pendant votre grossesse, cela peut majorer le risque de complications, notamment :

- ♥ le diabète gestationnel,
- ♥ l'hypertension artérielle,
- ♥ l'augmentation de la fréquence de la prématurité, des césariennes et des phlébites...

« La grossesse est une opportunité de mettre en place des habitudes hygiéno-diététiques bénéfiques pour la suite de votre vie et celle de votre enfant à venir. »

SANTÉ : MANGER MIEUX



Bénéficiez du programme

Un temps pour vous, à partager avec d'autres futures mamans dans une atmosphère conviviale.

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

Pendant votre HDJ

Les documents suivants sont à apporter :

- ♥ Carnet de grossesse et examens de suivi
- ♥ Pièces administratives (carte identité, carte vitale, mutuelle et justificatif de domicile)

L'admission doit se faire à l'accueil de la Maternité.

ORGANISATION DE L'HDJ

Les ateliers se déroulent sur une journée, de 7h00 à 15h00, déjeuner inclus.

ATELIERS EN GROUPE

- ♥ Atelier diététique,
- ♥ Activité physique,
- ♥ Soutien psychologique,
- ♥ Sophrologie
- ♥ Consultation médicale individuelle

SYNTHÈSE

Au terme de cet HDJ vous aurez complété vos connaissances pour adopter un mode de vie adapté à votre santé.

