

Avant de concrétiser
un projet de bébé,
pourquoi demander conseil
à un professionnel
de santé ?

Parce qu'il est primordial
d'être informés des examens
médicaux à effectuer,
des rendez-vous à suivre
et des bonnes attitudes
à adopter avant, pendant
et après la grossesse.



LE BIEN NAÎTRE,
C'EST LA SANTÉ DE DEMAIN

SOUS LE HAUT
PATRONNAGE DE



MAIRIE DE PARIS 



MESSAGE VALIDÉ PAR LE



ENVIE D'UN BÉBÉ ?
VITE UN CHECK-UP !

Un bébé
en bonne santé
est un projet
qui mérite
que vous mettiez
toutes les chances
de votre côté !

RENDEZ-VOUS SUR
WWW.SWEETBYPREMUP.ORG





JE M'INFORME AUPRÈS D'UN PROFESSIONNEL DE SANTÉ AVANT MÊME L'ARRÊT DE MA CONTRACEPTION

Je demande conseil à mon pharmacien et je prends RDV avec mon médecin généraliste, mon gynécologue ou à la PMI de mon quartier, pour planifier le projet de grossesse.



JE CONSULTE POUR UN BILAN DE SANTÉ GÉNÉRAL

- afin de vérifier mes antécédents médicaux et ceux du futur père ;
- contrôler la mise à jour de mes vaccins ;
- parler d'éventuels traitements médicamenteux, de pathologies chroniques ou génétiques, de complications d'une précédente grossesse ;
- programmer ensemble l'arrêt de ma contraception selon mes résultats.



J'ADOpte UN MODE DE VIE SAIN ET ÉQUILIBRÉ

- j'arrête le tabac, l'alcool, l'automédication ;
- je pratique une activité physique régulière et douce ;
- je mange équilibré ;
- j'évite les situations de stress et je me prépare à la maternité.