

Mon carnet de grossesse

ÇA CARNET APPARTIENT À

ANNÉE 20__

Compte à rebours

DATE DU TERME : __ / __ / __

Premier trimestre

1 ER MOIS

- 1 SG = 3 SA
- 2 SG = 4 SA
- 3 SG = 5 SA
- 4 SG = 6 SA

2 EME MOIS

- 5 SG = 7 SA
- 6 SG = 8 SA
- 7 SG = 9 SA
- 8 SG = 10 SA

3 EME MOIS

- 9 SG = 11 SA
- 10 SG = 12 SA
- 11 SG = 13 SA
- 12 SG = 14 SA
- 13 SG = 15 SA

Deuxième trimestre

4 EME MOIS

- 14 SG = 16 SA
- 15 SG = 17 SA
- 16 SG = 18 SA
- 17 SG = 19 SA

5 EME MOIS

- 18 SG = 20 SA
- 19 SG = 21 SA
- 20 SG = 22 SA
- 21 SG = 23 SA
- 22 SG = 24 SA

6 EME MOIS

- 23 SG = 25 SA
- 24 SG = 26 SA
- 25 SG = 27 SA
- 26 SG = 28 SA

Troisième trimestre

7 EME MOIS

- 27 SG = 29 SA
- 28 SG = 30 SA
- 29 SG = 31 SA
- 30 SG = 32 SA

8 EME MOIS

- 31 SG = 33 SA
- 32 SG = 34 SA
- 33 SG = 35 SA
- 34 SG = 36 SA

9 EME MOIS

- 35 SG = 37 SA
- 36 SG = 38 SA
- 37 SG = 39 SA
- 38 SG = 40 SA
- 39 SG = 41 SA

⇒ A propos de moi ⇒

NOM :

PRÉNOM :

ÂGE :

DATE DE NAISSANCE : ___ / ___ / ___

GROSSESSE N° :

GROUPE SANGUIN : ☐ A ☐ B ☐ AB ☐ O ☐ + ☐ -

TABAC :

ALCOOL :

TOXICOMANIE :

DIABÈTE GESTATIONNEL :

TOXOPLASMOSE :

RUBÉOLE :

SYPHILIS :

VIH :

HÉPATITE C :

RAI :

Le premier mois

Mon poids :

3 SA À 6 SA

Mon taux Bêta HCG :

Dernières règles :

Date de conception :

L	M	M	J	V	S	D

L	M	M	J	V	S	D

Comment j'ai appris ma grossesse ?

LA DATE OÙ J'AI DÉCOUVERT
LA GROSSESSE

Les événements importants

SYMPTÔMES

Comment je l'ai annoncé à papa ?

Le deuxième mois

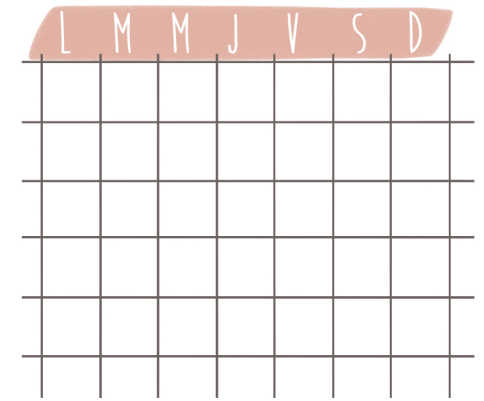
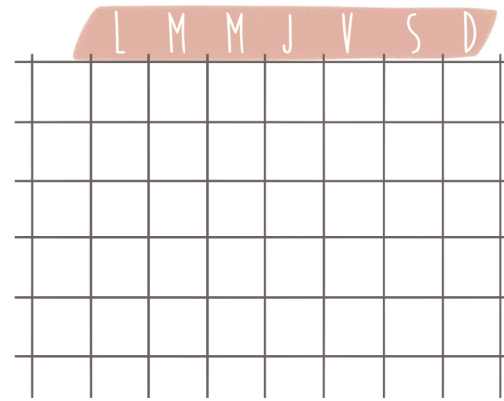
7 SA À 10 SA

Mon poids :

Taille de ventre :

Les envies

Les aversions



MON MOOD

Les événements importants

SYMPTÔMES

Notes

Le troisième mois

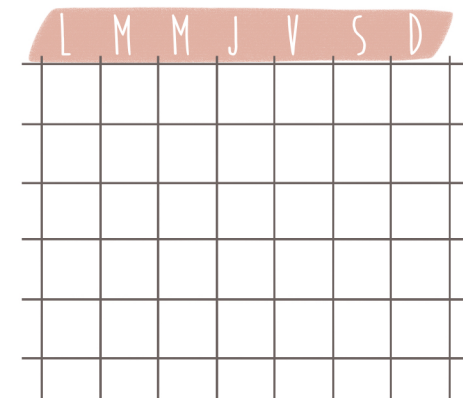
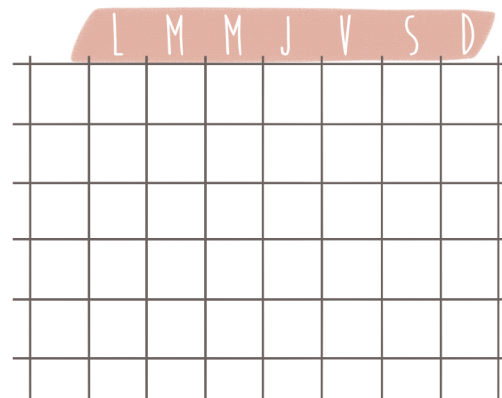
11 SA À 15 SA

Mon poids :

Taille de ventre :

Les envies

Les aversions



MON MOOD

Les événements importants

SYMPTÔMES

Notes

Le quatrième mois

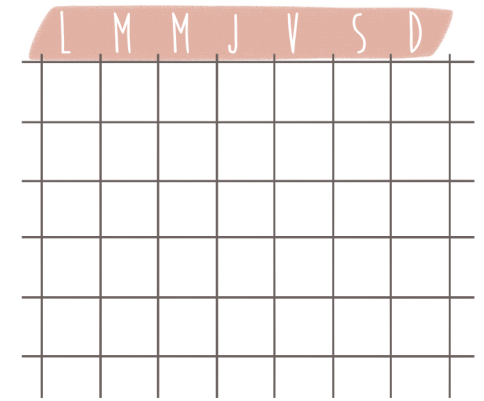
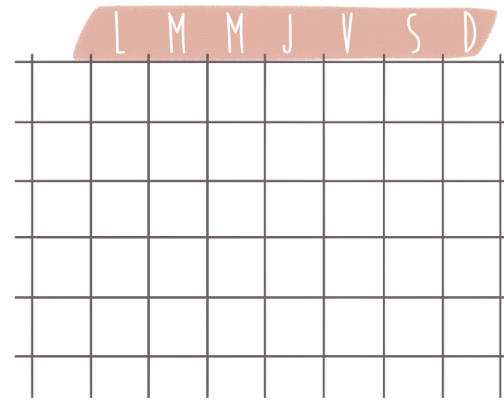
16 SA À 19 SA

Mon poids :

Taille de ventre :

Les envies

Les aversions



MON MOOD

Les événements importants

SYMPTÔMES

Notes

Le cinquième mois

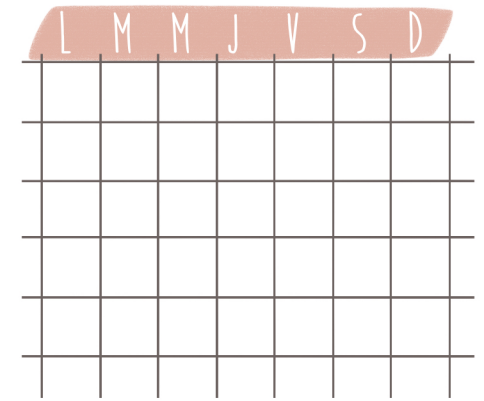
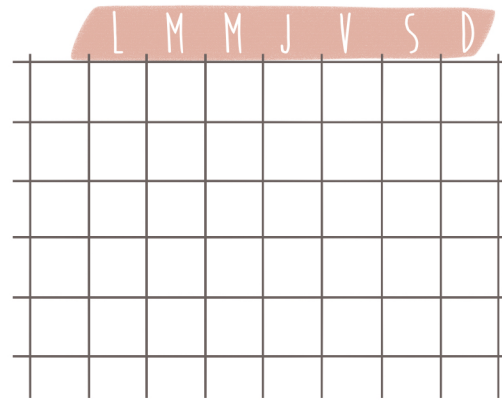
20 SA À 24 SA

Mon poids :

Taille de ventre :

Les envies

Les aversions



MON MOOD

Les événements importants

SYMPTÔMES

Notes

Le sixième mois

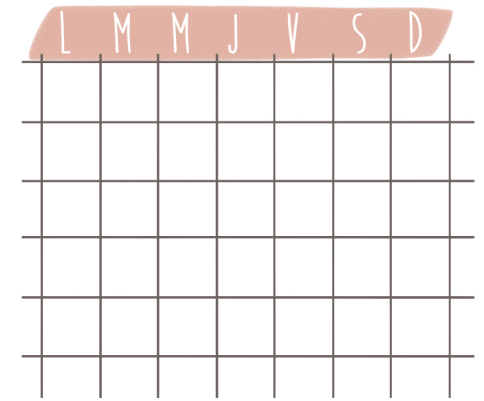
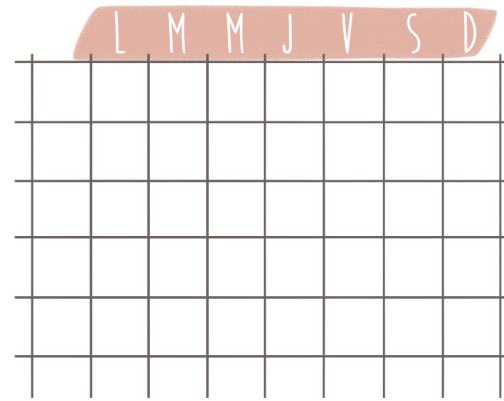
25 SA À 28 SA

Mon poids :

Taille de ventre :

Les envies

Les aversions



MON MOOD

Les événements importants

SYMPTÔMES

Notes

Le septième mois

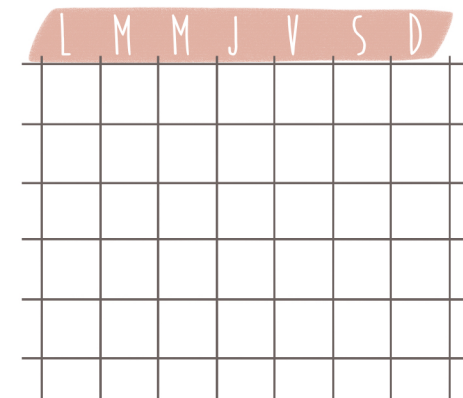
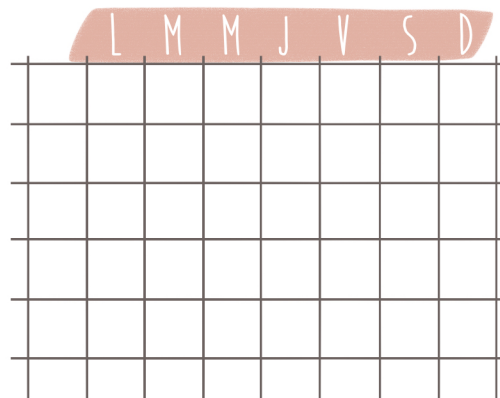
29 SA À 32 SA

Mon poids :

Taille de ventre :

Les envies

Les aversions



MON MOOD

Les événements importants

SYMPTÔMES

Notes

Le huitième mois

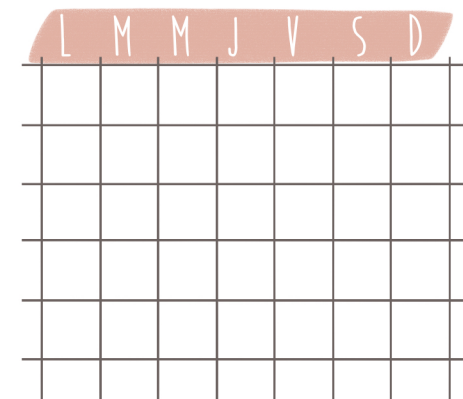
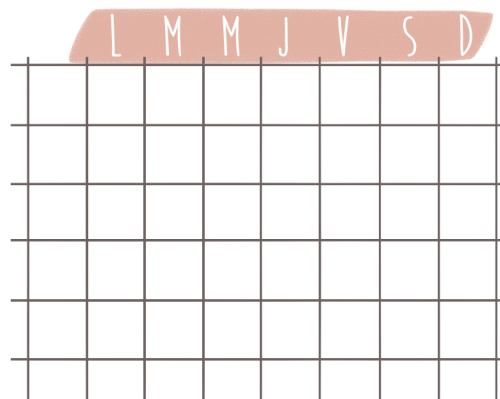
33 SA À 36 SA

Mon poids :

Taille de ventre :

Les envies

Les aversions



MON MOOD

Les événements importants

SYMPTÔMES

Notes

Le neuvième mois

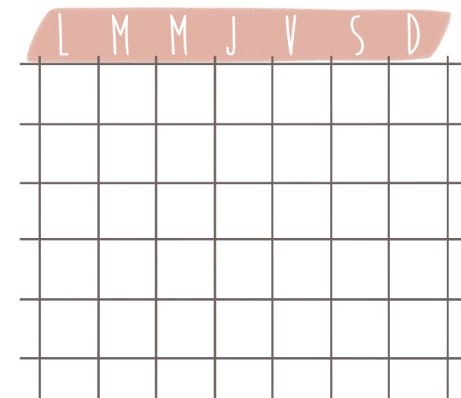
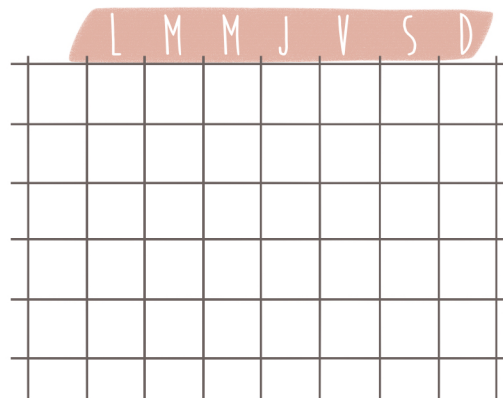
37 SA À 41 SA

Mon poids :

Taille de ventre :

Les envies

Les aversions



MON MOOD

Les événements importants

SYMPTÔMES

Notes

~ Semaine n° ~

DE ___ / ___ À ___ / ___

Mon poids :

Bébé à la taille de

SYMPTÔMES

MON MOOD

Les envies

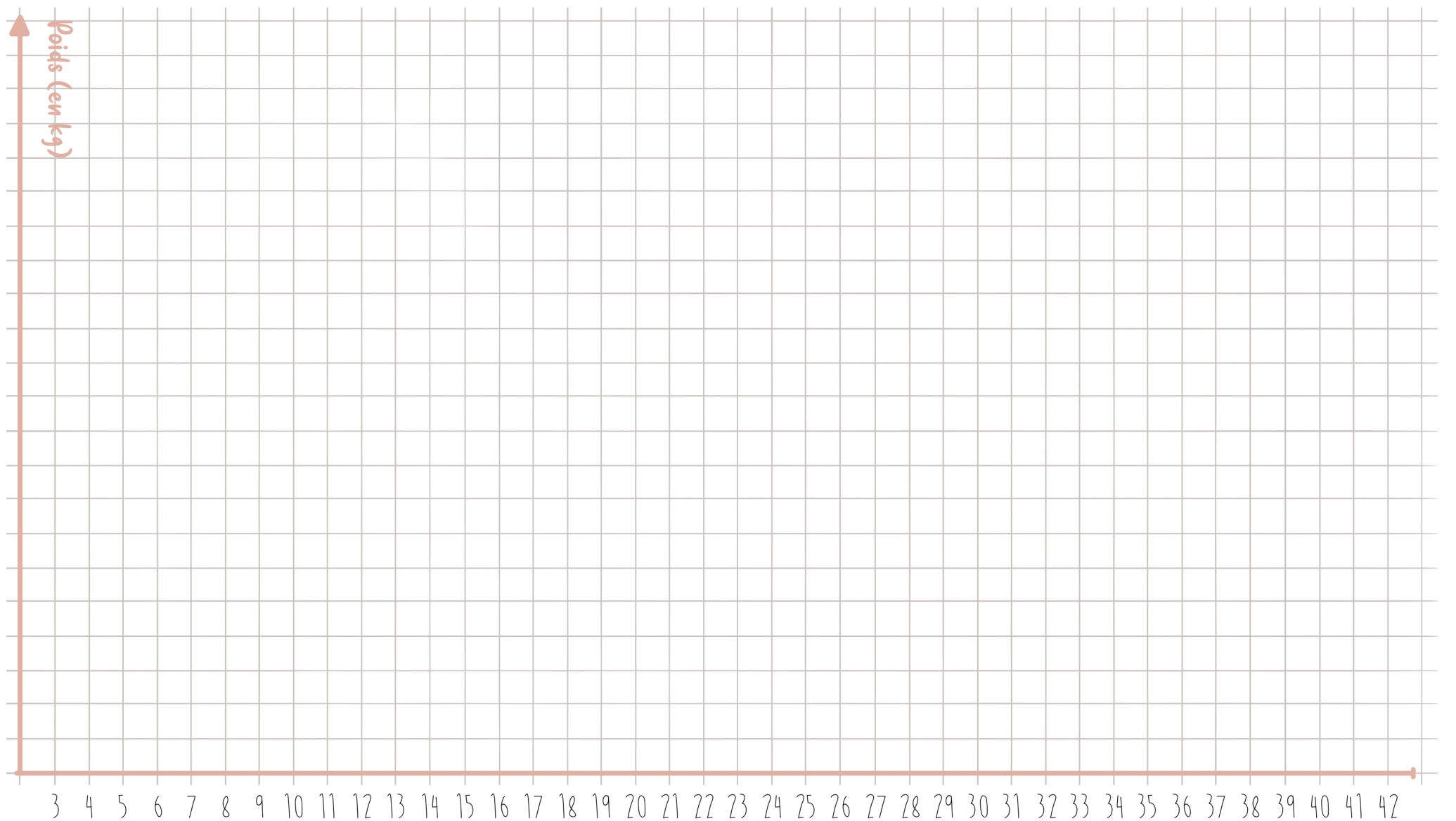
Les aversions

Mon ressenti

Les événements marquants

Rendez-vous

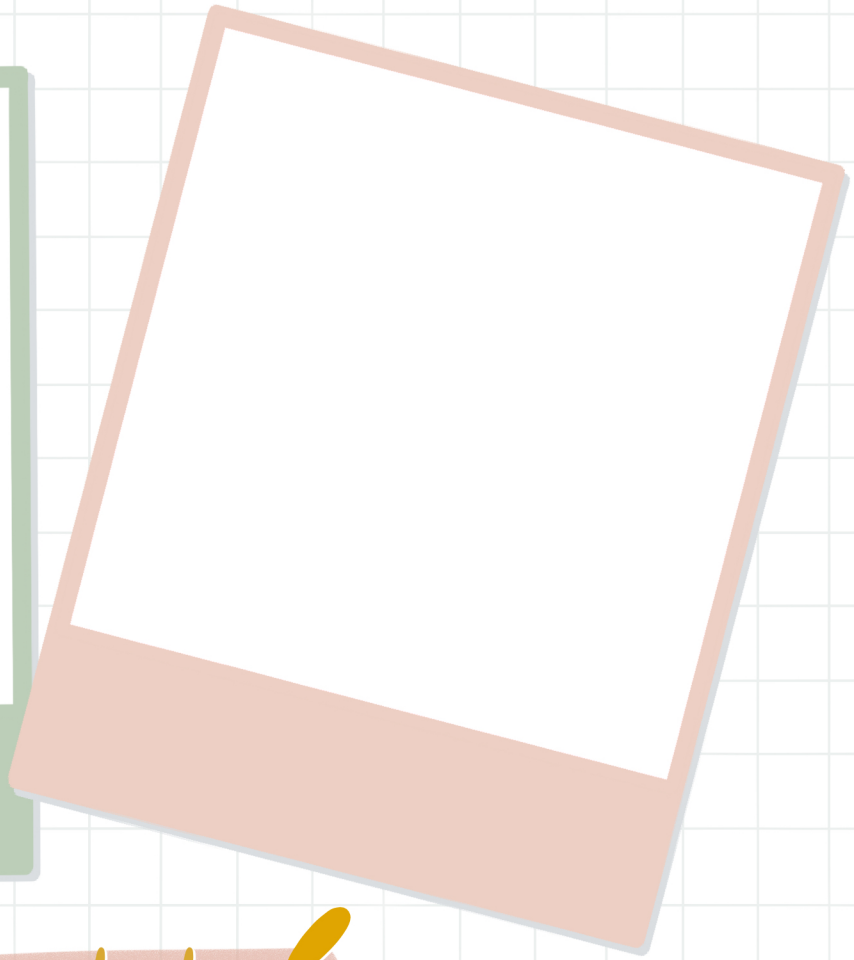
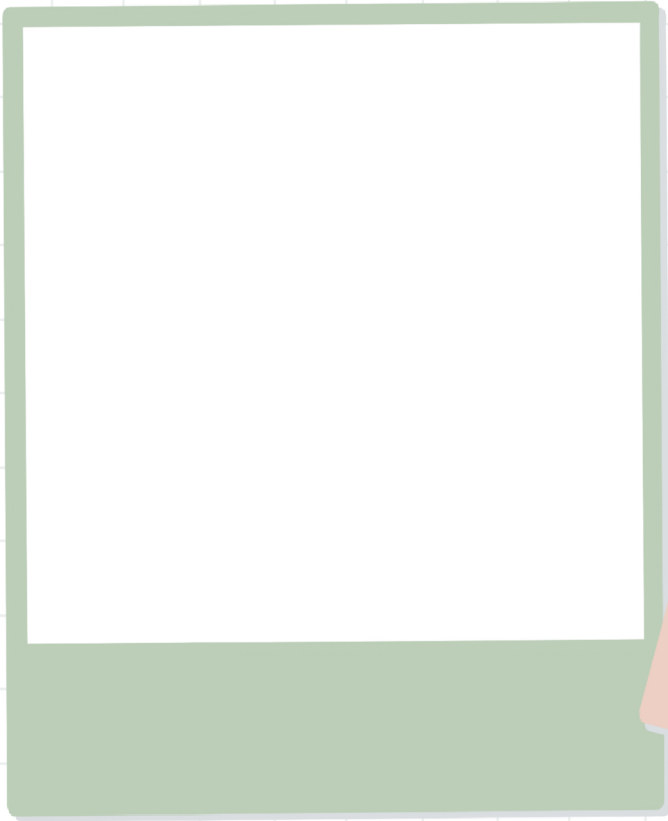
Tracker de poids



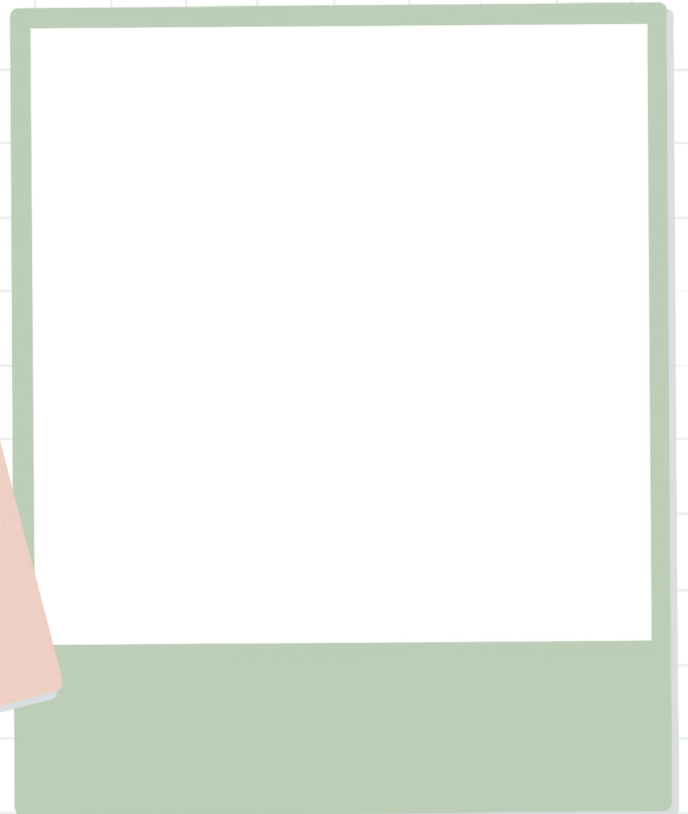
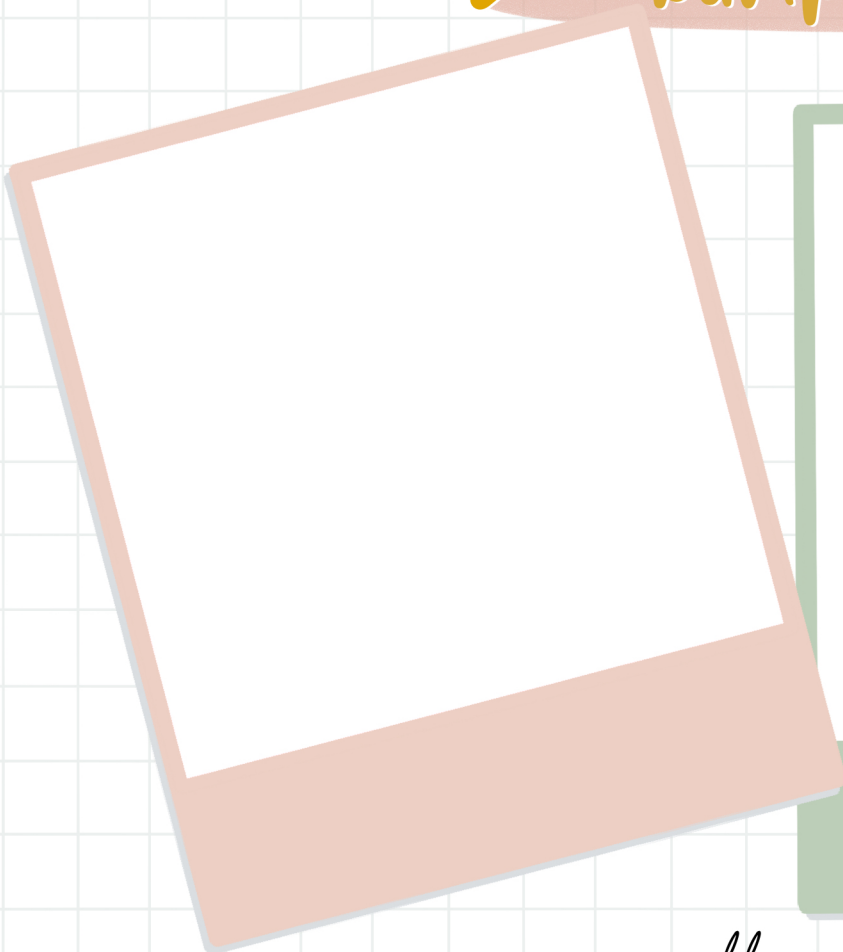
Les premières fois

- TEST POSITIF :
- PRISE DE SANG :
- NAUSÉE :
- VOMISSEMENT :
- FRINGALE :
- DÉGOÛT :
- ÉCHOGRAPHIE :
- BATTEMENT DE COEUR :
- SENTIR BÉBÉ BOUGER :
- COUP DE PIED :
- VÊTEMENT DE MATERNITÉ :
- SENTIR LE HOQUET DE BÉBÉ :
- ACHAT DE BÉBÉ :
- CADEAU DE BÉBÉ :
- SENTIR UNE CONTRACTION :

Autres moments marquants :



Mon baby
bump



Les achats de maman



Personnel soignant

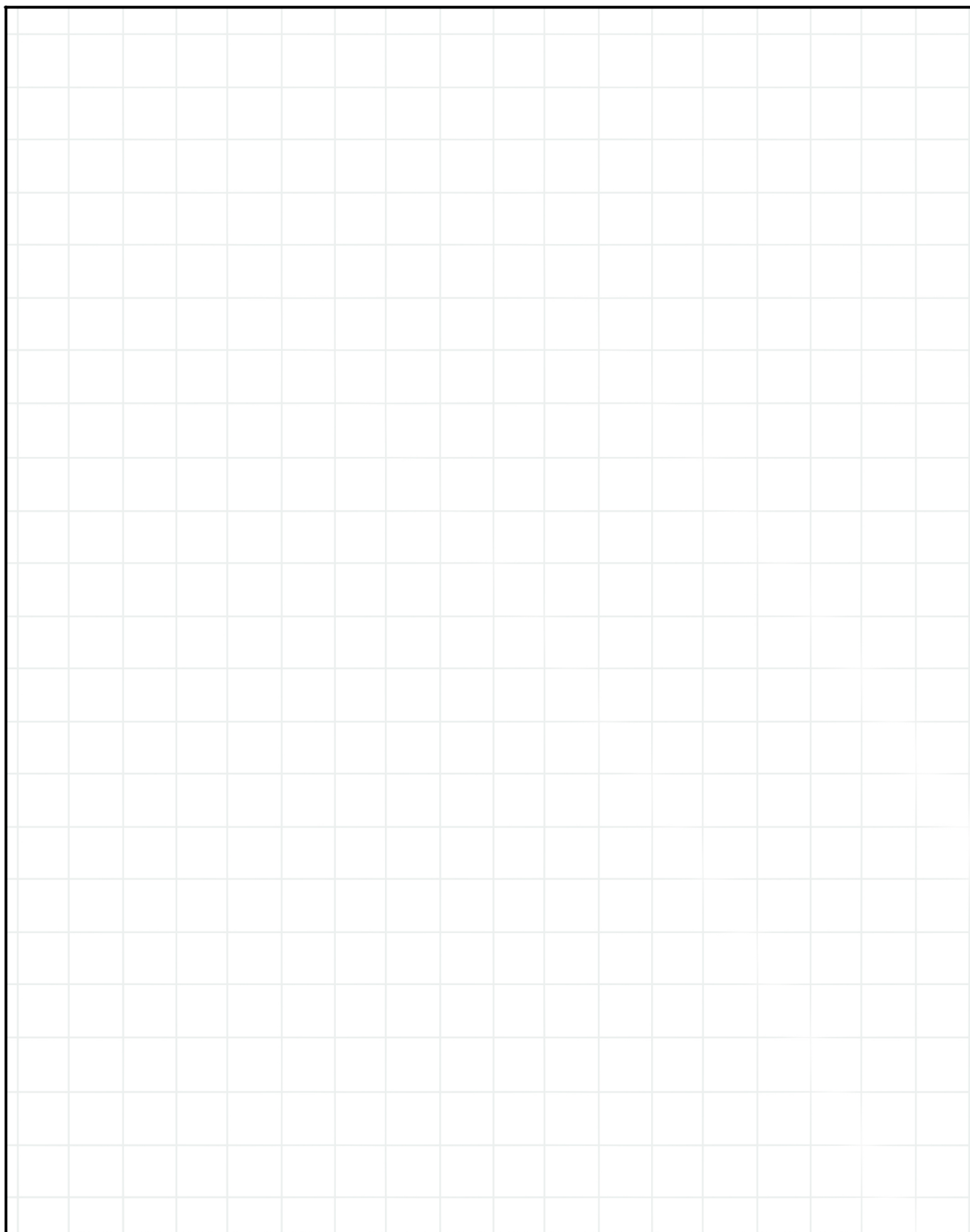
Gynécologue

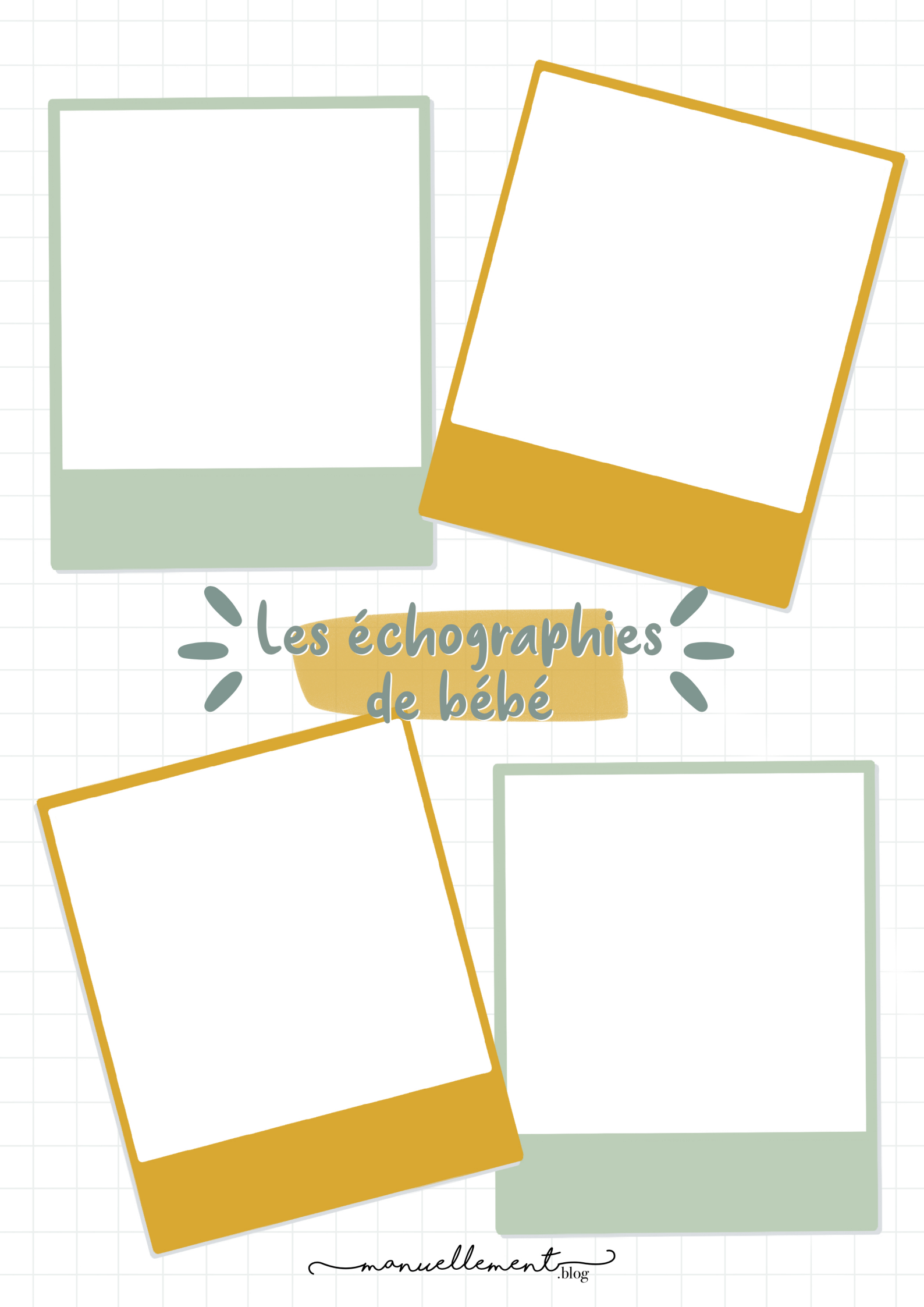
Sage-femme

Les rendez-vous médicaux

[illegible]

✧ Lettre à bébé ✧

A large rectangular area filled with a light gray grid pattern, intended for writing a letter. The grid consists of 20 columns and 30 rows.



Les échographies de bébé

≡ Quelle quantité de vêtements pour bébé ? ≡

	Naissance	1 mois	3 mois	6 mois
Body	1	10	12	10
Pyjama	1	8	6	5
Gilet / Brassière		2	2	2
Tee-shirt			4	5
Pantalon / Short			3	5
Chaussettes		6	5	5
Bonnet / Chapeau	1	1	1	1

LA QUANTITÉ DE VÊTEMENTS NAISSANCE DÉPENDRA DU POIDS ANNONCÉ DE VOTRE BÉBÉ - GÉNÉRALEMENT LES PROCHES OFFRENT DU 6 MOIS ET PLUS - LES QUANTITÉS SONT À TITRE INDICATIF, FAITES VOUS PLAISIR ! - N'OUBLIEZ PAS GIGOTEUSE, MOUFLES, CHAUSSONS, LANGES, DRAP DE BAIN, DRAP HOUSSE...

Les achats de bébé



Le prénom

Et si c'était une fille...

PRÉNOM

SIGNIFICATION

Et si c'était un garçon...

Finalement,



Fille



Garçon



- Baby shower -

Quand ?

Où ?

Buffet sucré

Buffet salé

BOISSONS

PRESTATAIRES

Activités

Thème & idées décors

CADEAU D'INVITÉ

MA TENUE

La liste d'invités

≡ Pronostic bébé ≡

DATE DE NAISSANCE :

HEURE DE NAISSANCE :

MATIN

MIDI

SOIR

NUIT

LIEU DE NAISSANCE :

POIDS :

TAILLE :

COULEUR DES YEUX :

COULEUR DES CHEVEUX :

TYPE DE CHEVEUX :

A qui bébé ressemblera le plus ?

☐

MAMAN

☐

PAPA

La valise de maternité

Pour maman

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Pour bébé

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Administratif

-
-
-
-
-
-
-
-

Divers

-
-
-
-
-
-
-
-

Projet de naissance

- PÉRIDURALE : ☐ OUI ☐ NON ☐ JE NE SAIS PAS
- PEAU À PEAU MAMAN : ☐ OUI ☐ NON ☐ JE NE SAIS PAS
- PEAU À PEAU PAPA : ☐ OUI ☐ NON ☐ JE NE SAIS PAS
- COUPER LE CORDON : ☐ PAPA ☐ MAMAN ☐ MÉDECIN
- TÊTÉ D'ACCUEIL : ☐ OUI ☐ NON ☐ JE NE SAIS PAS
- BAIN :
- PREMIER REPAS SOUHAITÉ :
- ACCOMPAGNATEUR SALLE DE NAISSANCE :
-
-
-
-
-
-

Notes