

LE SAVIEZ-VOUS ?



Toute femme enceinte peut bénéficier,
au cours de sa grossesse, d'un
**entretien prénatal
précoce,**
individuel ou en couple, avec un
professionnel de la naissance.



*Préparation
à la
Naissance*

Polyclinique de Bezannes
109 rue Louis de Broglie
51430 Bezannes

Centre de la femme.org

Salle de préparation RDC
(près du bureau des entrées)

Sages-femmes
conventionnées
remboursement
100% Sécurité Sociale

PRÉPARATION CLASSIQUE

En 7 séances sont abordés :

- Le travail
- L'accouchement
- L'après-naissance

Vous y pratiquerez :

- De la relaxation
- Des exercices vous permettant d'aborder la respiration et l'effort expulsif

Vous visiterez les locaux (à venir)

Renseignements et inscription :
Sages femmes

C. Cardon : 06 08 53 24 81
H. Dine : 06 17 56 77 97
L. Gournay : 06 63 48 72 45
C. Noël : 06 62 18 41 56

SOPHROLOGIE

C'est une technique particulière de relaxation qui va vous permettre de mieux vivre votre grossesse, préparer votre accouchement et la venue de votre bébé.

ces séances d'initiation impliquent un entraînement régulier pour mener à bien cette préparation. Pratique associée à de la théorie et de la pratique.

vous visiterez les locaux (à venir)

Renseignements et inscription :
Sages femmes

H. Dine : 06 17 56 77 97
C. Noël : 06 62 18 41 56

ACTIVITÉ PISCINE

- Aquagym douce
 - Relaxation
 - Bassin chauffé (extérieur à la clinique)
 - Pratique associée à la préparation classique ou effectuée seule
- Exercices spécifiques à l'accouchement
Dès le 6^{ème} mois de grossesse

Renseignements et inscription :
Sages femmes

H. Dine : 06 17 56 77 97
C. Noël : 06 62 18 41 56



Polyclinique de Bezannes
Centre de la femme.org
109 rue Louis de Broglie - 51430 Bezannes
Salle de préparation RDC
(près du bureau des entrées)