



## **MÉTHODE BONAPACE**

Samedi 16 et 23 janvier 2021

La méthode Bonapace est une approche à la fois naturelle et scientifique de préparation à la naissance qui met à contribution le ou la partenaire pour réduire la douleur et les interventions médicales.

Pour votre couple, apprendre cette méthode c'est vous donner les outils pour augmenter vos capacités et vos compétences lors de l'accouchement et donc de diminuer le stress qui en découle. C'est vous préparer à travailler en équipe et à vivre l'expérience de la naissance ensemble à 100%. C'est une diminution d'environ 45% de la perception de la douleur ce qui pourrait réduire les interventions médicales lors de l'accouchement.

C'est un cadeau pour votre couple mais aussi pour votre famille et l'enfant qui arrive.

### **Date et heure:**

Samedi le 16 et 23 janvier de 13h30 à 17h

### **Lieu:**

Le cours se tiendra via la plateforme ZOOM due à la pandémie COVID-19.

### **Coût :**

100\$ par couple – prix spécial covid-19 (prix régulier : 170\$ par couple)

**Pour renseignements:** Alternative Naissance au (514) 274-1727

**Les places sont limitées. Inscrivez-vous tôt!**



**Coupon d'inscription  
MÉTHODE BONAPACE**

Samedi 16 et 23 janvier 2021

**Nom :** \_\_\_\_\_

**Adresse :** \_\_\_\_\_

**Téléphone:** \_\_\_\_\_

**Courriel :** \_\_\_\_\_

**Pour inscription:**

Retournez le **coupon** avec votre **paiement de 100\$** à l'adresse suivante :

Alternative Naissance  
6006, rue de Bordeaux  
Montréal, Qc  
H2G 2R7

**Modalités de paiement:**

Libellez votre chèque au nom **d'Alternative Naissance** ou payez par PayPal.

**Un minimum de 2 inscriptions** est requis pour que la formation soit offerte.