



## **ATELIER THÉMATIQUE L'IMPORTANCE DE SE PARLER DU POSTPARTUM PHYSIOLOGIQUE (DÉGESTATION)**

La méconnaissance des différents aspects de cette « dégestion » empêche les femmes de prendre conscience de leurs besoins et de les exprimer. La pression sociale pousse vers un retour rapide à ce qui est désigné comme la « normalité », à savoir la séduction et la productivité. Or, ces deux dynamiques sont aux antipodes des réalités de l'après-naissance. *Ingrid Bayot*

Dans cet atelier interactif, nous aborderons les bénéfices à long terme de préparer le 4<sup>e</sup> trimestre et de mettre les besoins de la femme au cœur de cette nouvelle famille.

Nous verrons :

- Les changements physiologiques de la femme en post partum immédiat
- Ça veut dire quoi 40 jours après la naissance et le 4<sup>e</sup> trimestre
- Besoins physiologiques et psychiques de la mère
- Où est votre village et comment le mobiliser avant la naissance
- Regarder les traumatismes de la mise au monde, des deux parents

---

Jeudi 2 décembre 2021

18h30 à 21h00

Via la plateforme ZOOM

GRATUIT

---

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

Pour tous renseignements contactez-nous au : (514) 274-1727