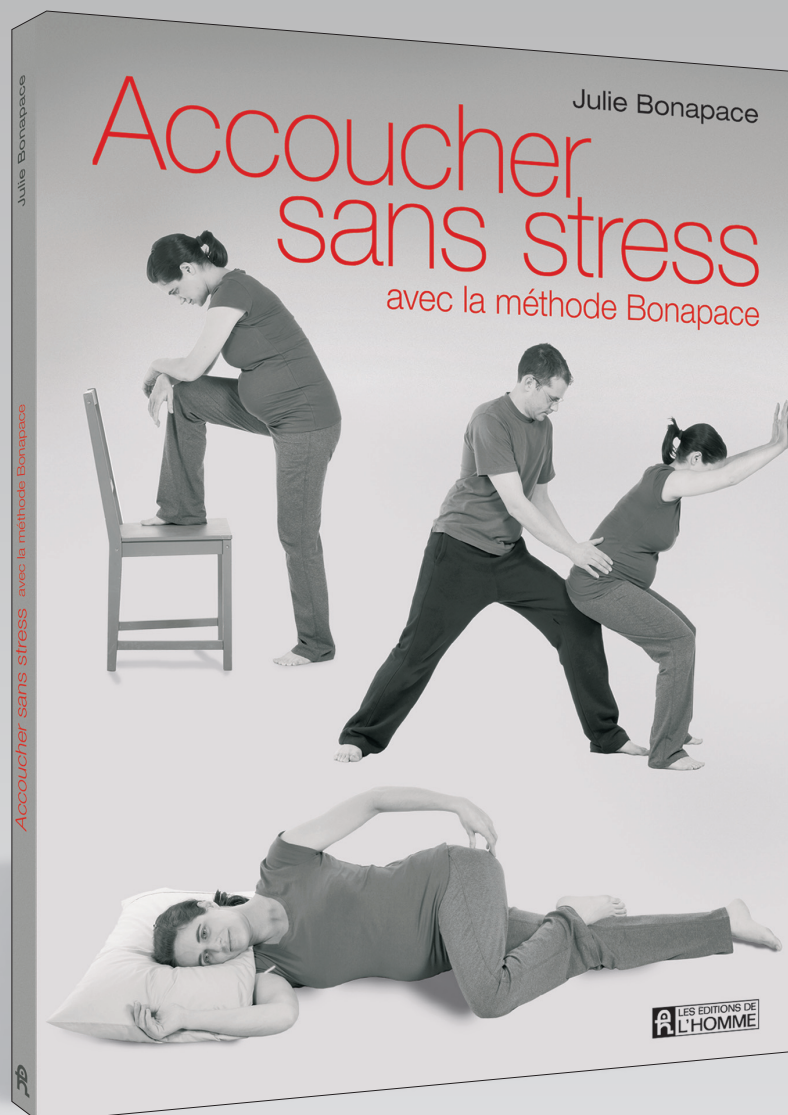


Accoucher sans stress

avec la méthode Bonapace



Offert en librairie

Trois mécanismes pour gérer et réduire la douleur

- 1. Effleurer la zone douloureuse** entre les contractions.
- 2. Créer une seconde douleur** dans les points réflexes d'acupuncture pendant les contractions.
- 3. Dévier la pensée pendant toute la durée du travail** par la respiration, la relaxation, l'imagerie mentale et les positions en travail.

Une approche à la fois naturelle et scientifique de préparation à la naissance qui met à contribution le père pour réduire la douleur et les interventions médicales.

Pour inscription à la formation: www.bonapace.com

 LES ÉDITIONS DE
L'HOMME

Une compagnie de Quebecor Media
www.edhomme.com