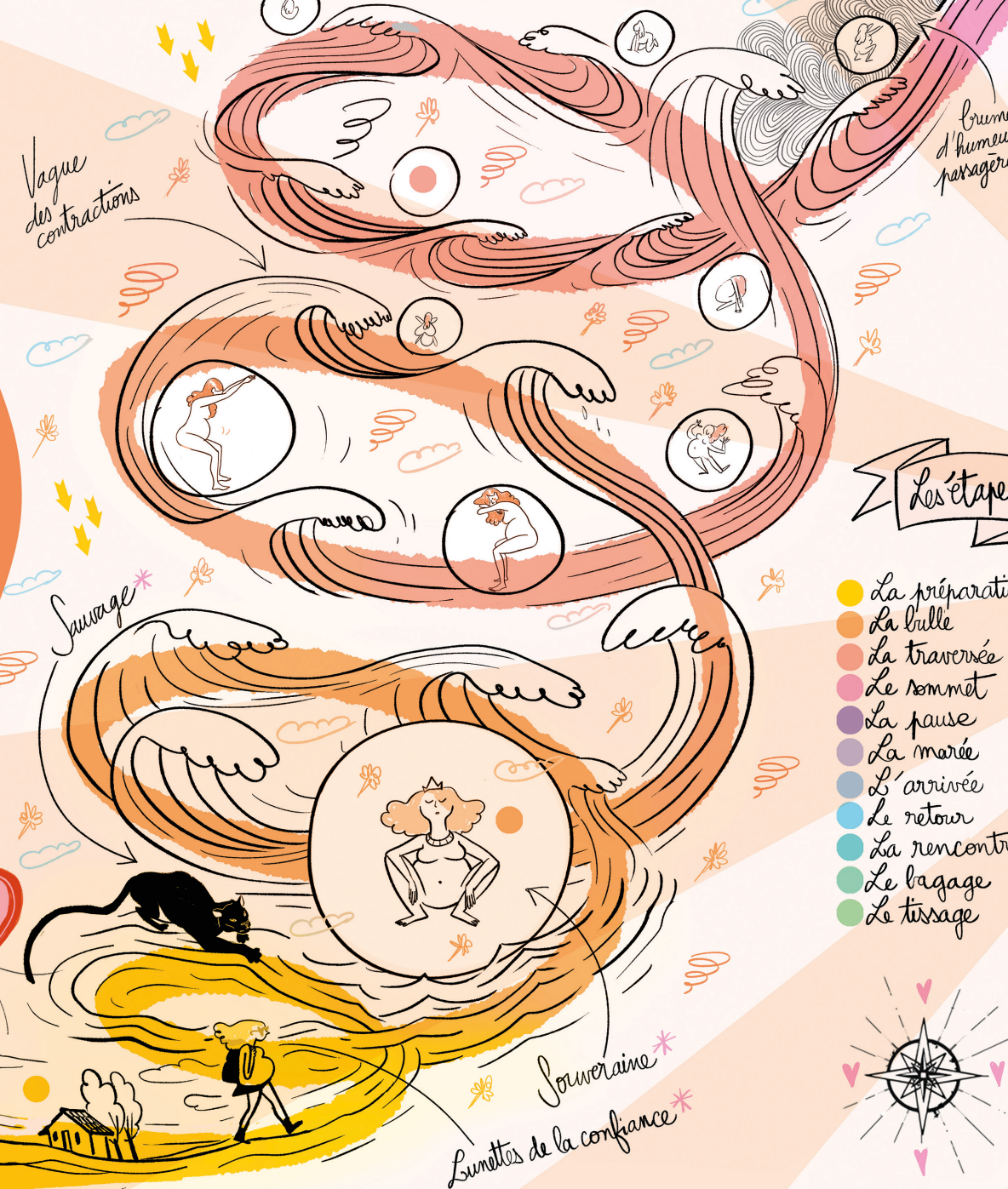
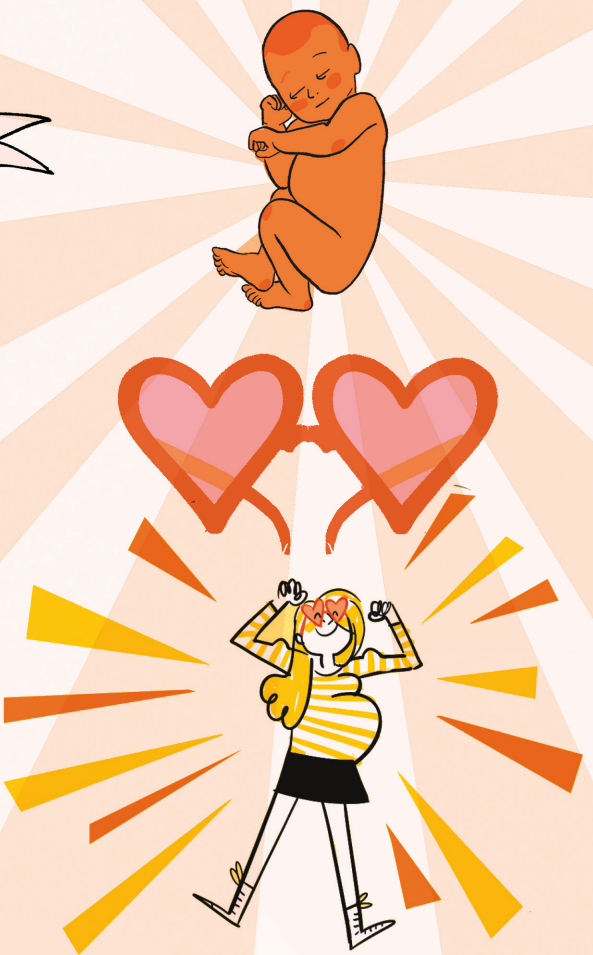


**La Naissance en BD**  
**TOME 2**  
Amplifiez vos super pouvoirs!

**Le Grand VOYAGE de la naissance**  
\* Carte au trésor \*  
Paysages non contractuels



**La Naissance en BD**  
**TOME 2**



**Les étapes**

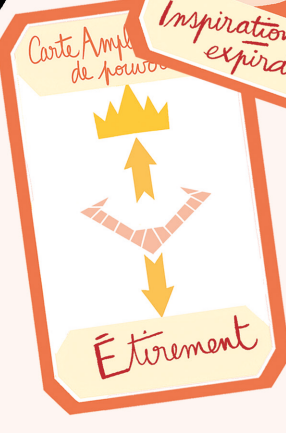
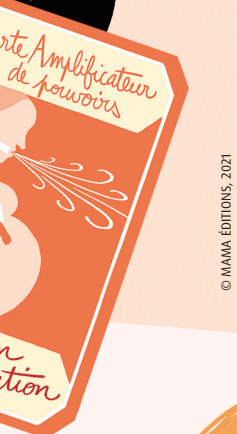
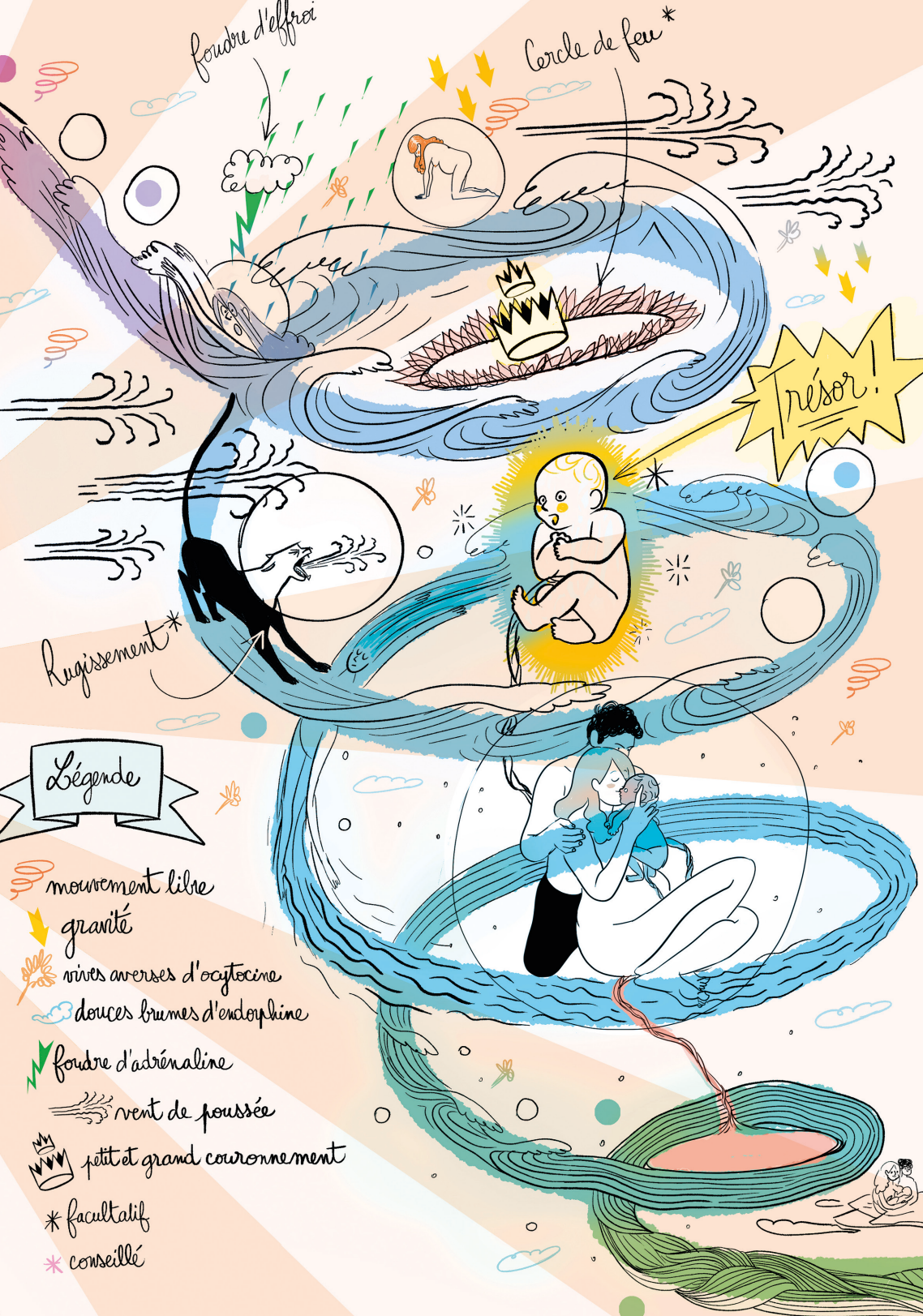
- la préparation
- la bulle
- la traversée
- le sommet
- la pause
- la marée
- l'arrivée
- le retour
- la rencontre
- le bagage
- le tissage



Lucile Gomez

**Légende**

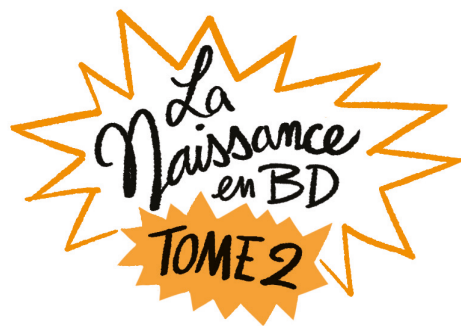
- 🌀 mouvement libre
- 👑 granité
- 🌊 rives arrosées d'ocytocine
- ☁️ douces brumes d'endorphine
- 🌱 foudre d'adrénaline
- 🌬️ vent de poussée
- 👑 petit et grand couronnement
- \* facultatif
- \* conseillé





### L'AUTRICE

En 2013, Lucile est enceinte de son premier enfant. Accompagnée par une sage-femme qui la prépare à une naissance respectueuse de la physiologie, elle accouche dans la douceur et sans intervention. Choquée de réaliser à quel point ses amies sont mal informées, elle décide de partager ses connaissances sur son blog. C'est un succès immédiat. Lucile se rend compte que les femmes enceintes ont envie d'une autre approche de la grossesse et de la naissance.



Le best-seller *La Naissance en BD* revient, avec un tome 2 encore plus ludique et débordant de conseils pour amplifier les super pouvoirs des femmes, et ceux de leur bébé.

L'élément indispensable pour une naissance épanouie est la confiance. C'est simple ! Mais est-ce si simple d'avoir confiance en son corps alors que, depuis des siècles, on nous assure qu'il n'est pas conforme à ce qu'il devrait être, qu'il est du sexe faible, et que c'est dans la douleur qu'il nous fera enfanter ? Est-ce si simple d'avoir confiance en des équipes médicales stressées, débordées et protocolaires, dans des lieux où personne ne nous connaît ? D'avoir confiance en soi, alors qu'on ne comprend rien de ce qui se passe, ni dans son corps, ni dans la pièce, et qu'il s'agit de mettre au monde son fragile petit bébé ?

Ce livre nous rappelle l'essentiel : la naissance est un heureux évènement ! Et si, au lieu de l'appréhender comme une épreuve, on la vivait comme un beau voyage ? Parce que la connaissance favorise la confiance, cet ouvrage cartographie les différentes étapes de la naissance, détaille les surprenants super pouvoirs du bébé, et propose des façons de se préparer en toute simplicité à une naissance en douceur. Il met dans nos bagages des outils pour bien voyager, apprivoiser le souffle, le mouvement, la gravité, connaître les positions les plus physiologiques pour accoucher.

Embarquez tranquille, vous avez désormais toutes les cartes en main pour faire une traversée en toute sérénité !

### COLLECTION GRAPHICS



« Rassurant, ludique, explicatif et très positif. »  
FRANCE 5

« Drôle, pédagogique, poétique...  
une super BD pour tous ! »  
FRANCE INFO TV

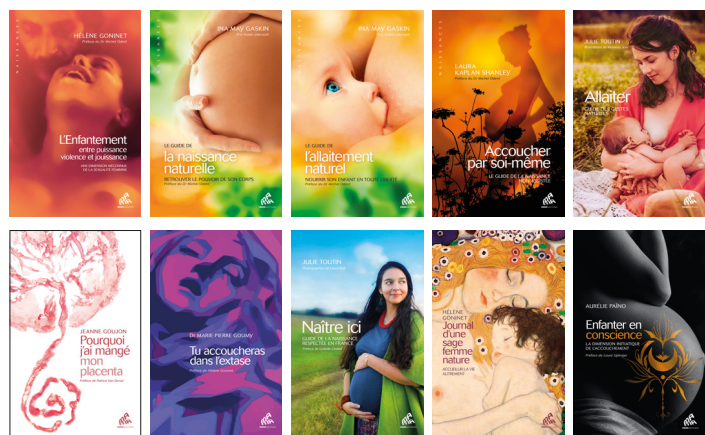
« Une révélation... une bible ! »  
EUROPE 1

« Une lecture nécessaire  
et ultra dynamique. »  
CNEWS



POSTER GRATUIT  
EAN 9782845944534  
9 782845 944534  
MAMAEDITIONS.COM

### COLLECTION NAISSANCES



LUCILE GOMEZ

LA NAISSANCE EN BD - TOME 2

LUCILE GOMEZ

# La Naissance en BD TOME 2

Amplifiez vos super pouvoirs !



## Sommaire

### Amplifiez vos super pouvoirs.

Introduction  
→ Les lectrices et lecteurs de cette BD peuvent-ils rentrer dans des cases ?

1- Universel et singulier  
→ pourquoi l'accouchement physiologique concerne toutes les naissances.

2- Posture et positions  
→ un point sur le contexte culturel et sur ce qu'il est bon de remettre en question.

3- Les phases de l'accouchement  
→ La naissance comme un voyage.

4- Le bébé  
→ Les super pouvoirs de l'enfant qui naît, et sa dance de la transition.

5- Le pré-travail  
Comment et pourquoi préparer  
→ son corps.  
→ son cœur.  
→ son esprit.

6- Le travail actif  
→ L'essentiel des informations pour arriver à dilatation complète en douceur.  
→ Quelques exercices et un peu de magie !

7- Le voyage n'est pas fini...  
→ Le programme de ce qu'il se passe après.

Avec ce deuxième livre, on découvre des positions d'accouchement mais surtout, on change de posture.

On gagne en connaissances sur la physiologie, et en confiance, pour devenir la Reine de l'évènement.

