



ACCOUCHEMENT / NAISSANCE DIFFICILE

Rencontres de groupe pour échanger, se soutenir et s'apaiser

(Animatrices – Diane Gamache et Joanna Gruda)

OCTOBRE À DÉCEMBRE 2023 (18h30 à 21h) (groupe 2)

La naissance de votre enfant date de plus de 4 mois et vous avez encore de la difficulté à y repenser. Il se peut que vous portiez en vous des blessures émotionnelles, de la frustration, de la colère, de la peur, de la culpabilité liées au déroulement de votre accouchement. Les raisons d'avoir vécu difficilement un accouchement sont nombreuses : complications pendant la naissance, interventions traumatisantes, violation de vos droits, manque d'informations, d'écoute ou d'empathie; elles sont surtout uniques à chaque personne.

Alternative Naissance vous propose de participer à une série de rencontres de groupe où ces douleurs du cœur pourront être partagées, accueillies et reconnues par l'écoute et le soutien d'autres personnes qui ont également trouvé ce passage difficile. Les rencontres sont animées par une accompagnante à la naissance d'expérience.

Date et heure:

Tous les lundis à partir du 16 octobre jusqu'au 4 décembre 2023 de 18h30 à 21h. (Pas de rencontre le 13 novembre).

Lieu:

Le cours se tiendra dans les locaux *d'Alternative Naissance* au 8591, rue Saint-Denis, à Montréal, Québec, H2P 2H4 ou via la plateforme zoom.

Coût :

Gratuit

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

Les places sont limitées. Inscrivez-vous tôt!