



CENTRE HOSPITALIER
HYERES

...et Noah est arrivé tout naturellement...





Difficile de condenser en quelques lignes, l'expérience inoubliable de la naissance de mon fils Noah et de toute cette belle aventure partagée avec les sages-femmes d'Alternative durant ces derniers mois.

Je ne pense pas pouvoir retranscrire comme il se doit toute l'aide, le soutien, la force, dont elles ont fait preuve afin de m'accompagner durant cette belle et grande étape de vie. Étant une maman solo, et ayant vécu une grossesse seule, j'ai pu retrouver tellement d'humanité, de bienveillance, d'empathie en elles, que cela m'a donné l'occasion de me surpasser et de prendre confiance en moi, en mon fils et d'appréhender l'accouchement dans une certaine sérénité.

Les séances de préparation à l'accouchement, l'acupuncture, les longues et nombreuses conversations avec chacune d'elles, ont été un vrai moteur pour moi et pour faire que le moment de l'enfantement soit un souvenir mémorable, tout en douceur.

Cela m'a permis d'arriver ce jour-là avec beaucoup d'assurance, sachant que je pouvais compter sur leur accompagnement. Dès lors, une relation particulière se tisse et nous sommes comme en phase. Chacune des étapes, qui nous avait été expliquée lors des différentes préparations, prenait alors tout son sens, chaque sensation, chaque vague de contraction était accueillie avec compréhension, jusqu'à ce moment magique de pouvoir sentir la tête de mon fils arriver et tout devenait si évident...la douleur, la contraction, la poussée, la respiration, l'attitude, tout devenait si naturel...

Cette belle collaboration m'a permis de gérer la douleur sur le moment mais aussi, grâce aux nombreux conseils sur l'accouchement tout au long de cette grossesse et surtout, ce qui a été le plus révélateur pour moi, de nous rappeler à quel point mettre au monde un enfant peut se faire de manière la plus naturelle possible, en revenant à son instinct primaire, à la nature, à notre physiologie, en faisant confiance à son corps, son mental et son bébé, car nous avons en nous, toutes les cartes pour que cela se passe le mieux possible.

Si la méthode Bonapace a été bénéfique pour moi, c'est surtout qu'elle a été bien prodiguée, et après seulement 3 heures de travail (pour mon premier), Noah est arrivé pour mon plus grand bonheur. Un rendez-vous peau à peau nous a été permis ensuite pendant 2 heures, ce moment restera gravé comme l'un des moments forts de cette première rencontre remplie d'amour avec mon fils.

Je tiens donc à vous remercier toutes et tout particulièrement Claudia, qui a été une alliée de taille ce jour-là, on ne vous oubliera jamais et Noah non plus.

Alors un grand bravo à vous, les tatas de mon petit Noah ;-)

Continuez comme ça, vous ne savez pas à quel point vous nous faites du bien...

[^ HAUT DE LA PAGE](#)

+33 (0)4 94 00 24 00

Nous contacter par courriel