

MATERNITÉ**Préparation à l'accouchement**

Les cours de préparation à l'accouchement en piscine ont officiellement repris pour les futures mamans. Respiration, relaxation et tonicité sont pratiquées en milieu aquatique pour une meilleure gestion de sa grossesse et de son accouchement. Ces cours sont dispensés par des sages-femmes du service de la maternité de La Ciotat, tous les vendredis de 12h à 13h, à la piscine municipale de La Ciotat Jean-Boiteux. Vous souhaitez vous inscrire ? Vous pouvez adresser votre demande à maternite.piscine@gmail.com. Vous recevrez par la suite des informations complémentaires.

→ Le port du bonnet est obligatoire, et les lunettes fortement conseillées.