



## 100 RÉFLEXES ALLAITEMENT

**Mélanie Schmidt-Ulmann**

Lorsqu'une maman prend la décision d'allaiter, elle se pose en général mille et une questions... Comment bien préparer et démarrer l'allaitement ? Comment allaiter sans douleur et sans stress ? Comment reconnaître les signes d'une tétée efficace ? Faut-il dormir avec Bébé au début de l'allaitement ? Quelles sont les positions les plus confortables pour allaiter ? Quelle place accorder au papa ? Comment prévenir les douleurs des mamelons et des seins ? etc. De la première tétée à la maternité au sevrage, ce guide apporte des **réponses pratiques pour réussir son allaitement** et profiter de ces beaux moments avec Bébé.

Mise en vente : 23 juin 2008  
Prix : 10,90 €  
Collection : Parents / Enfants  
Format : 13 x 19,3 cm  
224 pages

**Relations Presse :**  
**Hélène Lorillard**  
[helene.lorillard@leduc-editions.com](mailto:helene.lorillard@leduc-editions.com)  
01 40 52 35 33

**Mélanie Schmidt-Ulmann**, mère de trois enfants allaités, est l'une des premières doulas en France. La doula est une femme, ni sage-femme, ni médecin, qui accompagne les futures mamans et les futurs papas avant, pendant et après l'accouchement. Cette profession, très répandue dans les pays anglo-saxons, se développe en France.

Dans ce livre, on trouve :

- toutes les clés pour aider la maman et le bébé dans **toutes les phases de l'allaitement** ;
- les conseils de **doula**, pratiques et simples à appliquer ;
- les **informations les plus récentes** sur l'allaitement ;
- les solutions aux **petits soucis de Maman** : baby blues, canal lactifère bouché, fatigue, régime... ;
- les réponses aux **petits bobos de Bébé** : coliques, régurgitations, allergie, hoquet... ;
- Et aussi : **des paroles de mamans et les bonnes adresses** de l'auteur...

Écrit par **une jeune maman-doula**, sur un ton complice et rassurant, cet ouvrage donne les **100 réflexes** utiles pour un allaitement réussi.

À offrir à toutes les futures mamans qui souhaitent allaiter !



**LEDUC.S ÉDITIONS**

[www.leduc-s.com](http://www.leduc-s.com)

Fax : 01 45 43 76 70

33 rue Linné - 75005 Paris