

A. UNE VIE ACTIVE AU QUOTIDIEN

MODULE 6

Au fur et à mesure que votre poids et vos formes changent au cours de la grossesse, vous constaterez que certaines positions naturelles, comme se tenir debout ou rester assise, vous sembleront inconfortables et mal adaptées.

Vous devrez adapter vos mouvements à l'évolution de votre corps pour rendre ces activités quotidiennes plus sûres et plus confortables.

