

## **h. La répétition du travail**

### MODULE 7

La répétition du travail vous permet, à vous et votre partenaire, de vraiment essayer toutes les nouvelles techniques que vous avez apprises.



Au cours de la répétition, votre partenaire vous annonce des contractions imaginaires. Votre rôle est de pratiquer les méthodes de respiration et de relaxation en synchronisme avec ces contractions imaginaires. Votre partenaire doit également vérifier que vous êtes bien détendue. Si vous êtes tendue, il pourra vous aider à vous détendre par un contact ou un effleurage délicat.

Vous pouvez également suivre le *Guide du travail et de l'accouchement*, présenté plus loin dans ce module, pour faire le lien entre la répétition et l'événement réel.