

Préface

Dans l'aube émotionnelle qui suit la naissance, le post-partum, chapitre profondément significatif de la maternité, est pourtant souvent négligé. Ces mémos sont une exploration délicate et nécessaire des réalités, des défis et des triomphes qui accompagnent cette période de transition. En naviguant à travers ces conseils éclairés, nous sommes invités à comprendre et à célébrer la complexité du post-partum, offrant ainsi un support pour les mères mais aussi les pères en quête de compréhension et de soutien.

On peut vite se rendre compte, en devenant jeunes parents, que nous n'avions pas toutes les cartes en main et il devient difficile de trouver du temps pour s'informer en conscience une fois que le bébé est là.

Les mémos d'Eve montrent brillamment tous ces nouveaux concepts, ce nouveau champ de compétences auquel nous allons devoir faire face en tant que jeunes parents. Ils montrent la diversité, la pluralité des expériences, et donnent de précieux conseils pour vivre au mieux ce grand tsunami.

En fin de compte, ces mémos se veulent être un compagnon de confiance pour tous les parents, un guide qui les encourage à embrasser ce qui sera leur propre histoire post-partum, tout en étant outillé.es. En unissant les voix et en partageant la sagesse collective, ils célèbrent la diversité

PRÉFACE

des expériences maternelles et offrent une lumière douce dans les coins parfois sombres du post-partum. Que chaque lecteur.rice trouve ici un écho de sa propre histoire, un réconfort dans la compréhension partagée et un chemin vers la résilience et l'épanouissement.

Eve Simonet

Autrice, réalisatrice, productrice
et fondatrice du *Club Poussette* et de *on.suzane*