

## **Cycle féminin et contraceptions naturelles - Pour une féminité consciente et épanouie**

Type de contenu : Texte Image fixe

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : Cycle féminin et contraceptions naturelles - Pour une féminité consciente et épanouie [Texte imprimé] / par Audrey GUILLEMAUD ; préface par Anne Doychet Morin ; illustrations d'Alice Wietzel

Auteur(s) : Guillemaud, Audrey

Autre(s) responsabilité(s) : Wietzel, Alice (Illustrateur)

Mention d'édition : Nouvelle éd. revue et augmentée

Publication : Vanves : Hachette

Fabrication / Impression : Vanves

Date de copyright : C impr. 2021

Description matérielle : 1 vol. (288 p.) : ill. en coul. ; 24 cm

ISBN : 978-2-01-945744-0

EAN : 9782019457440

Autres classifications : 610

Classification décimale Dewey : 613.943 4 23

Note(s) : Bibliogr. et webliogr. p. 278-279

Résumé ou extrait : Dans cette nouvelle édition revue et augmentée, Audrey Guillemaud décrypte comment pratiquer, en toute connaissance de son corps, la symptothermie. Une méthode 100 % naturelle d'observation, puis de gestion de la fertilité, accessible, quelle que soit votre situation : avec des cycles irréguliers, après une contraception chimique / hormonale, après la naissance d'un bébé. Inclus : des courbes d'analyse de votre cycle à remplir et des exemples de courbes analysées, des schémas inédits pour mieux interpréter les cycles, même les plus complexes, en fonction des glaires et des températures. L'analyse des cycles pour concevoir un enfant naturellement en identifiant votre fenêtre de fertilité. Cette édition a été réalisée en collaboration avec Astrid Manoury, sage-femme, le collectif Ma Vie Après (1er réseau d'entraide pour l'arrêt et la transition post-pilule) et Émancipées, plateforme d'apprentissage en ligne sur le cycle féminin.

Sujet - Nom commun : Régulation naturelle des naissances