

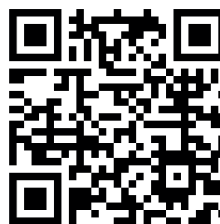


# SANTÉ DU PÉRINÉE

## LE LOSANGE D'OR

## La santé du périnée vous intéresse ?

Découvrez nos informations  
et exercices



Nous vous proposons un **parcours de soin pour vous connecter à cette partie essentielle de votre corps** au travers d'informations visuelles, d'audios et d'activités.

Découvrez aussi notre **calendrier d'exercices progressifs** pour les semaines qui suivent l'accouchement.

### Le périnée est votre Losange d'Or !

Le (re)découvrir, apprivoiser ses évolutions, le maintenir en santé vous permet de bénéficier de tous les avantages d'un périnée en bonne santé à tout âge.