

SERVICE  
DE PRESSE  
ÉDITIONS  
ALBIN MICHEL



| EN LIBRAIRIE

4 janvier 2023

**J'attends un enfant et J'élève mon enfant – Éditions 2023**

Laurence Pernoud

Depuis 67 ans, les ouvrages de Laurence Pernoud  
sont *LES* livres de référence pour les futurs parents.

Incontournables et exhaustifs, ils sont mis à jour tous les ans  
par une équipe de spécialistes qui tiennent compte des progrès médicaux,  
de l'évolution de la société et des transformations de la famille.

Cette année, une relecture intégrale a été faite par Sophie Nanteuil,  
autrice féministe et engagée, spécialiste de la parentalité,

En 2023, le rapport à la maternité n'est plus celui de 1956 : libération de la parole sur le post-partum, déconstruction du genre, déculpabilisation des mères ou encore réappropriation de l'accouchement...

En tant qu'ouvrages de référence sur la maternité et l'éducation des jeunes enfants, *J'attends un enfant* et *J'élève mon enfant* se devaient **d'être plus inclusifs, plus nuancés, moins injonctifs**, tout en conservant ce qui fait leur force depuis toujours : le sérieux et l'expertise, la richesse de la documentation et des visuels, la proximité avec le lecteur grâce à un ton rassurant et à travers de vrais témoignages de parents.

#### Parmi les modifications apportées en 2023 :

- La maternité n'est pas qu'idyllique : les douleurs de l'allaitement, le post-partum, le deuil périnatal, la pression qui pèse parfois sur les mères (responsabilités, injonctions), etc.
- L'inclusion des coparents (hommes ou femmes) et des femmes seules.
- La PMA (Procréation médicalement assistée).
- L'alimentation végétarienne chez la femme enceinte et le jeune enfant.
- Les risques liés aux écrans et l'importance des premiers liens.
- La sécurité affective de l'enfant.

480 et 528 pages | format 190 x 250 cm | 29,90 € chacun

| ATTACHÉE DE PRESSE Marion Lecuyer 06 35 48 03 43 [marion@bibichpresse.fr](mailto:marion@bibichpresse.fr)



| EN LIBRAIRIE  
5 janvier 2022

**J'attends un enfant et J'élève mon enfant – Édition 2023**  
Laurence Pernoud

## | LES LIVRES

**J'attends un enfant** - LE livre de référence, depuis 1956, pour les futurs parents

Pour cette nouvelle édition, l'accent a été mis sur les points suivants :

- **La procréation médicalement assistée (PMA)** : progrès, nouvelles réglementations, parcours des couples et de femmes seules.
- **L'alimentation** : tous les conseils et mises en garde pour la femme enceinte, proposition d'un menu végétarien.
- La réalité du **ressenti physique et psychologique de la douleur et du post-partum**.
- **La préparation à la parentalité** pour les pères.
- **La contraception** féminine et masculine.
- **Covid-19** : vaccins, gestes barrière...

**J'élève mon enfant** - L'ouvrage de référence, depuis 1965, pour l'éducation du petit enfant (de 0 à 5 ans).

Les principales mises à jour cette année portent sur :

- **L'alimentation de l'enfant** : la diversification alimentaire, les menus-types, les aliments et quantités recommandés, les allergies et les intolérances... Ajout d'un **menu végétarien** pour les enfants de 3-4 ans.
- **Les écrans et l'importance des premiers liens** : les nouvelles recommandations, les mises en garde, les écrans vus du côté des parents.
- **L'enfant et l'opposition** : conseils et focus sur **l'étape du non**.
- Mise à jour des informations sur les **enfants prématurés**.
- **L'enfant et les pleurs** : comment les comprendre et les apaiser.
- **La sécurité affective de l'enfant** : le parent comme intermédiaire entre le monde et l'enfant.
- **Dictionnaire médical** : mise à jour de maladies et troubles – Covid-19, frein de langue, variations des organes génitaux, troubles de l'attention...

## | L'AUTRICE

En 1956, **Laurence Pernoud**, journaliste visionnaire, entourée d'une équipe pluridisciplinaire, rédige *J'attends un enfant*, la première bible consacrée à la maternité. Le succès est immédiat : elle reçoit un prix de l'Académie de Médecine en 1956 et le livre est publié dans plus de 70 pays en français et traduit dans 40 langues. Forte de ce succès elle lance en 1965 la suite : *J'élève mon enfant*.

À sa mort en 2009, sa collaboratrice Agnès Grison reprend le flambeau et assure chaque année l'actualisation des deux livres, avec l'aide d'un comité d'experts renouvelé. *J'attends un enfant* et *J'élève mon enfant* sont toujours restés, depuis leurs lancement, les leaders sur le marché des bibles sur la maternité.

480 et 528 pages | format 190 x 250 cm | 29,90 €

| ATTACHÉE DE PRESSE Marion Lecuyer 06 35 48 03 43 [marion@bibichepresse.fr](mailto:marion@bibichepresse.fr)