

Deze week verschijnt bij uitgeverij Lente:



In deze coronacrisis is het voor steeds meer vrouwen niet meer vanzelfsprekend om naar het ziekenhuis te gaan om te bevallen. *Vrije Geboorte*-auteur **Anna Myrte Korteweg** en geboorte(ervarings)deskundige **Jilke Pet** inspireren, om – ondanks alle veranderende omstandigheden – op zo'n manier te bevallen dat eigen regie en vertrouwen in het geboorteproces samengaan.

Door tijdens de zwangerschap bewuste keuzes te maken en goed voor jezelf te zorgen, kom je niet alleen dichterbij jezelf, je bereidt je ook voor op een optimale bevalling.

Mijn reis naar binnen; jouw weg naar een Vrije Geboorte is prachtig geïllustreerd (door Jilke Pet) en vol tips en tools, wetenschappelijke achtergrondinformatie, ervaringsverhalen, meditaties en (creatieve) oefeningen.

Mijn reis naar binnen, isbn: 9789492783172, is tot en met 16 december te bestellen voor de actieprijs van € 24,90. Daarna wordt de prijs € 29,90. Ga snel naar: www.uitgeverijlente.nl of koop het online bij jouw lokale boekhandel. Het e-boek, isbn: 9789492783189, is te koop voor € 16,00.

Nina Pierson, ondernemer en auteur van Mama'en:

Mijn reis naar binnen is een boek dat mij nieuwe inzichten heeft gegeven en bovenal heeft geïnspireerd deze wonderlijke reis nogmaals te ervaren (dat is bijzonder aangezien dit mijn derde zwangerschap is en na het schrijven van mijn eigen boek over het onderwerp!) Met name door de vele praktische oefeningen waar het boek vol mee staat. De zwangerschap is zo'n bijzondere fase in het leven van een vrouw. Een periode die ons altijd bijblijft en een kans biedt op enorme persoonlijke groei, mits bewust doorleefd. *Mijn reis naar binnen* empowert elke vrouw haar eigen weg daarin te vinden.

Anna Myrte Korteweg en **Jilke Pet** zijn beschikbaar voor interviews en presentaties.

Een **recensie-exemplaar** kunt u aanvragen via publiciteit@uitgeverijlente.nl.

