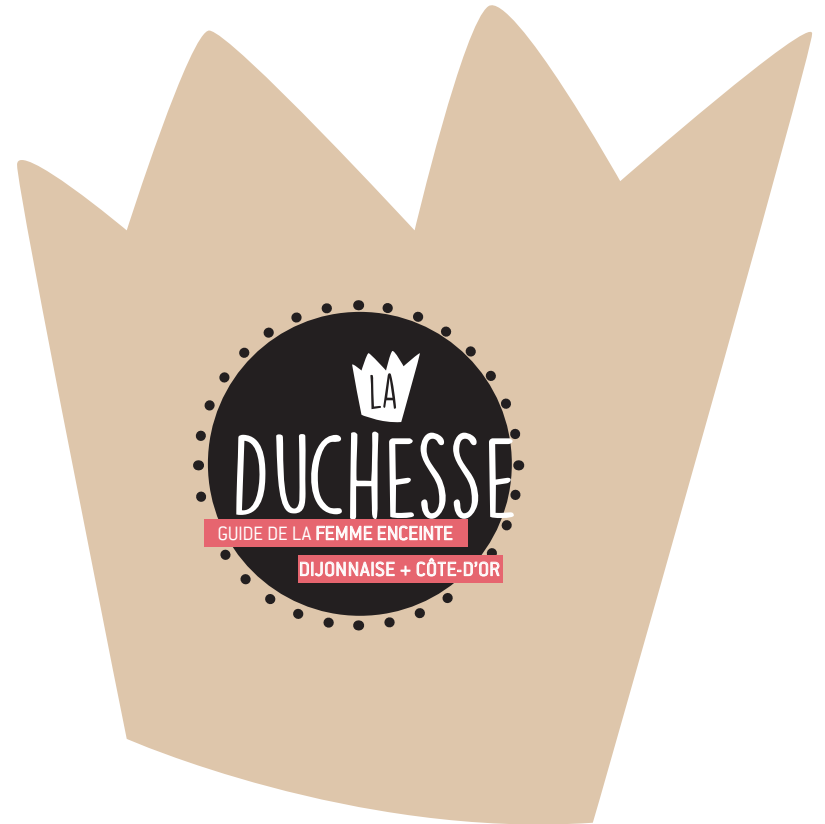


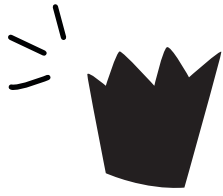
Dossier partenaires



UN GUIDE POUR LES FEMMES ENCEINTES
CONÇU PAR DES MAMANS DIJONNAISES !

→ **5ÈME ÉDITION** !





LA DUCHESSE

LA 5^{ÈME} ÉDITION !

Comment annoncer la bonne nouvelle ? Quels sont les droits de la femme enceinte ? Le congé mat' mode d'emploi ? Les idées reçues spécial grossesse et alimentation ? Comment choisir l'artillerie lourde : sa poussette et son siège auto ?

Toutes les femmes enceintes se posent ces questions. En Côte-d'Or et dans toute la France. Sauf qu'en Côte d'Or, il y a La Duchesse ! Avec toutes les réponses dedans.

Après le succès des 4 premières éditions, La Duchesse très attendue par les futures mamans, revient pour sa 5^{ème} édition avec toujours plus d'infos pratiques, de conseils de professionnels et des témoignages de nos greeters.

Devenez partenaires de la Duchesse !



LA DUCHESSE, C'EST QUOI ?

Nos 3 mamans (Fanny Bloc, gynécologue - Théodossia Karasoula, sage-femme et Adeline Nonciaux, graphiste), ont imaginé un guide pratique, décalé et complet entièrement dédié aux femmes enceintes de Dijon et de Côte-d'Or.

Les questions que les futures mamans se posent, elles y répondent jour après jour, dans leur cabinet ou entre copines à l'apéro. Les questions qu'elles n'osent pas poser, nos trois spécialistes les connaissent aussi !

ce guide a vocation à accompagner les femmes enceintes, dans toutes les facettes de la maternité : questions existentielles, dimension pratique, astuces, conseils, tendances, témoignages, carnet d'adresses à Dijon, Beaune et Semur-en-Auxois.

Avant, pendant et après ces 9 mois de grossesse, les futures et jeunes mamans pourront consulter ce guide pensé pour elles. Résolument décomplexée, La Duchesse accompagnera les femmes tout au long de la grossesse et bien plus encore.

Son truc en +

Notre journaliste Émilie Chapuillot donne un ton léger et proche des lectrices, des articles qui vont de la confiance de futures mamans ou papas, à l'interview de professionnels de la maternité, des infographies ludiques, des adresses dijonnaises et du département dédiées aux femmes enceintes.

QUI SE CACHE DERRIÈRE LA DUCHESSE ?

→ 3 mamans amies dijonnaises



Adeline NONCIAUX,

Directrice Artistique & gérante de l'Agence de communication visuelle CtoutComme.

Adeline dispose d'un solide bagage en design graphique (5 années à l'ENSAD, Ecole Nationale Supérieure des Arts Décoratifs de Strasbourg). Elle a su apporter son expertise créative à La Duchesse.

Maman d'Oscar et Auguste.

Adeline



Fanny BLOC,

Gynécologue médical, obstétrique.

Fanny a ouvert son cabinet médical BLOC & GIROD en 2015 à Dijon en duo avec le docteur Sophie Girod.

Ancienne interne des Hospices Civils de Lyon et Chef de clinique de la faculté de Lyon, elle apporte son expertise sur le contenu médical de La Duchesse.

Maman de Zoé et Sacha.

Fanny



Théodossia KARASOULA,

Sage-femme

Diplômée de l'Institut Français d'Athènes, puis admise à l'Ecole des Sages-femmes de Grenoble, elle obtient son diplôme en 1997.

Théodossia a travaillé à la maternité privée d'Athènes-IASO en néonatalogie et en salle d'accouchements. De retour en France, elle s'occupe de ses enfants et de La Duchesse.

Elle apporte son expertise sur le contenu et son expérience de sage-femme.

Maman de Alexandre, Eliane et Emilie.

Théodossia



PORTRAITS



Devenez partenaires de la Duchesse !



LES THÈMES ABORDÉS

dans la dernière édition...

LET'S GO

Quel que soit le stade de votre grossesse, la **Duchesse va tout faire pour vous aiguiller** (sans vous mettre la pression) entre les rendez-vous à caler et les examens à effectuer !

- // Test positif !
- // La grossesse : un sport d'équipe !
- // Échos : mode d'emploi
- // Le mot de l'année : coronavirus
- // Le monde merveilleux de la paperasse

+ LE PENSE-BÊTE DE LA GROSSESSE

TRAM, BOULOT DODO ET GROSSESSE

Rendez-vous médicaux, déclarations à faire, congés à anticiper... Pas toujours simple de s'y retrouver, surtout pour un premier enfant. **On vous donne quelques infos clés à garder dans un coin de votre tête !**

- // Quand l'annoncer ?
- // Congé mat'... mode d'emploi
- // Congé de paternité : quelques jours de répit en famille !
- // Allaitement au boulot... et pourquoi pas ?

+ VOYAGE, VOYAGE !

+ MA GROSSESSE, MOIS APRÈS MOIS

+ LE MOT DE L'ANNÉE, L'ACTU EN VRAC, LES 1000 PREMIERS JOURS

EN VADROUILLE AVEC VOS MARMOTS

Objectif : prendre le large en famille ! Shopping, sorties, restos : retrouvez les coups de cœur dijonnais de la Duchesse ! Une sélection qui fait plaisir aux enfants comme aux parents.

- // Le carnet d'adresses de la Duchesse
- // Micro-crèches : le concept qui monte
- // La garde d'enfant en Côte-d'Or
- // Sélection spéciale baby green

+ QUEL MATÉRIEL PRÉVOIR ?

+ LE CERCLE DES PARENTS

9 MOIS POUR SE FAIRE DU BIEN

Alimentation, beauté, sexe, sport, détente : et si vous profitez de ces 9 mois pour vous faire du bien ? **Allez, tout est permis, ou presque !**

- // Miam Miam
- // Sportive d'un jour, sportive toujours !
- // Sexe et grossesse : incompatibles ?
- // Belles comme le jour
- // Zens, soyons zens...

+ TOP 10 DES IDÉES REÇUES SUR L'ALIMENTATION

+ TOP DES PRÉNOMS EN CÔTE-D'OR

ÇA N'ARRIVE PAS QU'AUX AUTRES

L'arrivée d'un bébé chamboule parfois plus qu'on ne l'imagine... Grâce à des pros qui mettent des mots sur vos maux et à des témoignages de mamans, on vous remet sur le chemin du bonheur !

- // Quand le couple part à la dérive
- // Sexe : comment remettre la machine en route ?
- // La dépression post-natale + le baby blues
- // Le CMV

QUAND FAUT Y ALLER, FAUT Y ALLER !

Le compte à rebours est lancé ! Du choix de la maternité au kit de survie du jeune parent, la Duchesse vous refile des tuyaux testés et approuvés par des mamans dijonnaises.

- // Choisir sa mat'
- // Choisir sa méthode de préparation à la naissance
- // Bébé is coming !
- // Le kit de survie des jeunes parents

+ LES PHOTOS DE NAISSANCE + PIMPER L'ALLAITEMENT

+ BABYSHOWER OU BABYMOON ?

En résumé, la Duchesse est un **guide dijonnais** et de **Côte-d'Or...**

pour toutes **les femmes enceintes et les papas** aussi...

...**sans tabou**, mais avec un réel éclairage objectif grâce à l'intervention de professionnels ;

...**souriant**, avec une mise en page léchée et dans l'air du temps ;

...**recommandé par les professionnels de la maternité !** (et validé par la CPAM de la Côte-d'Or)



→ Pourquoi DEVENIR PARTENAIRES de la Duchesse ?



★ UN CONCEPT UNIQUE EN FRANCE

- La Duchesse est le premier guide **100% local** destiné aux futures mamans. Il répond à un vrai besoin/une vraie demande et accompagne les femmes enceintes pendant 9 mois : livre de référence qui remplace les magazines nationaux parfois trop déconnectés du terrain et des réalités locales. Devenir partenaire c'est participer un projet d'intérêt public à dimension locale. C'est soutenir un guide indépendant et inspirant qui pourrait se dupliquer dans d'autres villes. C'est faire la lumière sur les acteurs locaux de la maternité et soutenir des petites entreprises du secteur en leur offrant de la visibilité dans un guide de référence.

★ LA DUCHESSE : UN MAGAZINE 100% CÔTE-D'OR POUR PROMOUVOIR VOS SERVICES LOCALEMENT !

- Devenir partenaire de la Duchesse, c'est avant tout **créer du lien en local** avec les futures mamans de Côte-d'Or. Grâce à un ton proche des lectrices, nous mettrons en valeur dans nos pages vos produits, vos services, vos offres... mais aussi vos boutiques où les futures mamans pourront se rendre directement pour être conseillées ! **La Duchesse devient prescripteur de vos marques !** Professionnels de Côte-d'Or, témoignages de mamans de la région, mise en avant de commerces locaux... La Duchesse est distribuée d'office à toutes les futures mamans dans les maternités et les cabinets gynécos/sage-femmes : plus besoin d'aller chercher les infos dans des magazines nationaux > tout est au même endroit donc visibilité assurée pour les marques > s'imposer sur le marché dijonnais/Côte-d'Or



Parce que
c'est
génial !

★ UN GUIDE PAPIER RENFORCÉ PAR UNE PRÉSENCE SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

- Nous vous apportons également de la **visibilité sur nos réseaux sociaux** (Facebook / Instagram / LinkedIn) afin de toucher une communauté de mamans « digitales ». Vos événements, actualités et nouveautés pourront ainsi être partagées et diffusées auprès d'un grand nombre de mamans et futures mamans.

*une communauté de mamans et futures mamans
qui s'entraident et donnent de la visibilité
à vos produits/services*

- De fil en aiguille, un véritable réseau s'est créé au sein même de la communauté DUCHESSE : ainsi les mamans n'hésitent pas à partager entre elles leurs bonnes adresses et leurs coups de cœur !

★ UN MAGAZINE QUE L'ON GARDE TOUT AU LONG DE SA GROSSESSE... ET BIEN PLUS !

- La Duchesse, c'est le guide qui nous accompagne pendant 9 mois et que l'on n'a pas envie de ranger au placard : une nouvelle grossesse, une copine qui tombe enceinte, une collègue qui attend son premier enfant... On a tous, proche de nous, une future maman qui rêve d'avoir entre les mains un guide telle que La Duchesse. Pendant 9 mois et même après la naissance de son enfant, elle s'y replongera régulièrement et n'hésitera pas à le partager ! La Duchesse est le livre de chevet par excellence de toutes les femmes enceintes de Côte-d'Or !

LA DUCHESSE EN CHIFFRES

→ Sortie de la 5^{ème} édition pour la rentrée 2023

5478

NOMBRE DE
NAISSANCES
en 2022 en Côte-d'Or

Distribuée dans les 4 maternités

du département :

- CHU Dijon-Bourgogne
- Hôpital Privé Dijon-Bourgogne
- Hospices Civils de Beaune
- CH de Semur-en-Auxois

Mais aussi dans tous les cabinets de gynécologie, la CPAM de la Côte-d'Or, la CAF, l'ARS Bourgogne Franche-Comté, les institutions liées à la famille et la petite enfance, nos partenaires...

Carte blanche à

22 PROS

qui abordent des sujets de fond sans langue de bois.

9 GREETERS

Des guests papas et mamans ou futurs parents, qui partagent leur expérience de la maternité et leurs bons plans sur Dijon et la Côte-d'Or.



Devenez
partenaires
de la Duchesse !

IMPRIMÉE EN
6000
EXEMPLAIRES

[1 guide pour chaque nouvelle
naissance en Côte-d'Or]

Et le meilleur pour la fin...

+ DE 35

PARTENAIRES

locaux et nationaux
conquis par La Duchesse !



LA COMMUNAUTÉ DE LA DUCHESSE

La Duchesse s'active sur les différents réseaux sociaux et est très suivie par les **digital mums** (les nouvelles consommatrices) ! Conseils, bons plans, concours, focus contenu... On relaie les dernières infos utiles à toutes les futures mamans en post et en stories.

f Instagram LADUCHESSEGUIDE // in LinkedIn LADUCHESSE



203 PUBLICATIONS

PLUS DE 1795 ABONNÉ.E.S

DES PARTENARIATS AVEC 7 GRANDES MARQUES

- Mise en avant sur Facebook et Instagram **des bons plans maternité sur Dijon et toute la Côte-d'Or**
- Réseautage avec la **communauté des mamans / futures mamans** et des **influenceuses** (famille, lifestyle, santé, kids)
- **Organisation de jeux-concours** avec des marques locales et nationales (Béaba, RedCastle, Nin-Nin®, Clarins, Mont-Roucous, Galeries Lafayette, bébé 9, Noreva, Salon du baby...)
- **Une boîte à idée à la disposition des mamans** pour partager leurs bons plans, leurs nouvelles vies de mamans, mais aussi balancer les coups de cœurs ou coups de gueule...
- **Des posts ludiques sur des thèmes d'actualité**, pour décrypter les grandes étapes et les petits désagréments de la grossesse de manière douce et légère ! Comment se protéger durant une canicule, nos conseils pour voyager en toute sérénité...



UNE COMMUNAUTÉ D'INFLUENCEUSES

QUI RELAIENT NOS INFOS ET RÉPONDENT PRÉSENTES À NOS ÉVÈNEMENTS



dans.ma.poch.e.a.kangourou // healthylifemary // labulledelise // bebesoon // morgane.mood // r_comme_rose // celine.loves.makeup // mamanpapoteadijon // aurely_love_life // chloedelice // happyandbabyblog // l'efftlolo // marine.guinard // madame_moutarde...



La Duchesse en quelques mots



Un magazine de qualité, éco-conçu et gratuit à destination
des futures et jeunes parents

6 000 exemplaires, 1 exemplaire pour chaque naissance
dans le département



Un format nomade Duchesse (15 x 22,5 cm fermé) qui s'empporte partout !
240 pages de réponses et des thématiques qui comptent

OÙ LA TROUVER : LA DISTRIBUTION



- Dans les 4 maternités de Côte-d'Or,
- Dans les cabinets des gynécologues et des sages-femmes de Côte-d'Or,
- En libre service dans les crèches, les PMI et les services liés à la petite enfance de la ville de Dijon et de Beaune,
 - En cadeau chez tous nos partenaires,
- La Duchesse est également également distribuée via les presses de Côte-d'Or à 9 € et dans les librairies,
 - Et bien sûr sur son site dédié.



DIGITAL ET AGENCE

de la Duchesse

La Duchesse c'est aussi

- Une page Facebook de +2,3K abonnés >
- Une agence de com' visuelle "CTOUTCOMME"
qui fait des merveilles >
- Un site vitrine >
- Et une Duchesse Kids >



  LADUCHESSEGUIDE //  LADUCHESSE

www.guide-laduchesse.fr

Adresse de la rédaction :

La Duchesse

7 rue de Montigny - 21000 DIJON

06 99 64 52 30 - laduchessedijon@gmail.com