



S'INFORMER



PARTAGER



PORTER BÉBÉ



de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant

## CONFERENCES

20h15-22h15

Présentiel ou ZOOM

### CONFÉRENCE MENSUELLE : BIEN DÉMARRER SON ALLAITEMENT

21/03 - 11/04 - 22/05 - 10/06

Par **Élodie MONTANT**, facilitatrice en allaitement

Ses bienfaits, comment se positionner et prévenir voire résoudre vos difficultés !

### 08/02 - DOULEURS ET DIFFICULTÉS DE PARENTS...CLÉS D'UNE FAMILLE HEUREUSE

Par **Charlie GENESTOUX**, consultante pédagogique pour l'innovation en éducation

Une prise de conscience, une invitation et un mode d'emploi pour réenchanter la vie de famille et renforcer les compétences de votre foyer.

### 13/02 - COMMENT ME LIBÉRER DE MA CHARGE MENTALE ?

Par **Patricia MIGNONE**, conférencière et autrice

Comprendre en quoi vous êtes l'artisane de votre malheur et comment faire pour en sortir.

### 12/03 - ARRÊTONS DE VOULOIR ÊTRE DES PARENTS PARFAITS

Par **Isabelle CALMELS**, consultante en parentalité, assistante de Catherine Dumonteil Kremer

Oser s'accueillir avec bienveillance, privilégier le processus plutôt que le résultat, relâcher la pression, les erreurs et les échecs font partie du chemin.

### 26/03 - PHYSIOLOGIE DE LA NAISSANCE

Par **Ella SAAD**, sage-femme

Comprendre et favoriser les processus naturels du corps lors de la naissance.

### 09/04 - PROJET DE NAISSANCE

Par **Marion BERTHIER DUBOZ**, sage-femme

Qu'est-ce qu'un projet de naissance ? comment le rédiger ? à qui le faire lire et quand ?

### 30/04 - CERCLE DE PAROLE NON VIOLENCE

Par **Charlie GENESTOUX**, consultante pédagogique pour l'innovation en éducation

Quand la violence s'invite dans nos foyers malgré nos convictions, nos souhaits et nos connaissances sur le sujet, que faire ? Que comprendre ?

### 14/05 - COMMENT GÉRER NOS PROPRES ÉMOTIONS ET CELLES DE NOS ENFANTS ?

Par **Isabelle CALMELS**, consultante en parentalité, assistante de Catherine Dumonteil Kremer

Les comprendre, les réapprivoiser, les accompagner au quotidien ?

### 23/05 - COMMENT PRÉPARER SON POST-PARTUM ?

Par **Julia GUERBOIS**, doula

Les clés d'un post-partum doux et serein pour profiter au maximum de bébé.

### 28/05 - DE QUOI MON NOURRISSON A-T'IL BESOIN ?

Par **Alice LAVIEC**, kinésithérapeute

Les besoins essentiels des nourrissons. Comment s'équiper et éviter les achats inutiles ?

### 04/06 - 1ers SECOURS NOURRISSON & JEUNE ENFANT

Par **Cédric et Nicolas**, pompiers du SDIS

Étouffement, arrêt cardiaque... Comment réagir ?

### 11/06 - AVOIR DES ENFANTS DANS UN MONDE EN CRISE

Défis et enjeux des familles aujourd'hui

Par **Charlie GENESTOUX**, consultante pédagogique pour la transition éducative

Des pistes pour expérimenter de nouveaux modèles familiaux en émergence.



L'Association Nais'Sens & Parents tirera sa révérence fin Juin 2024 après 21 ans auprès des familles.

D'ici là venez profiter de nos derniers évènements !

Une Assemblée générale sera organisée pour dissoudre l'association ou la mettre en sommeil mais aussi célébrer les beaux moments partagés et l'engagement des bénévoles et des pros !

Renseignements sur notre site, ici :



## ATELIERS

Découverte

Date au choix

### DÉCOUVERTE "SIGNE AVEC MOI" Par **Sandrine LAUBIE GRIMA**

9h30-10h30 : Samedi **03/02** ou Mardi **18/06**

### NUTRITION BÉBÉ (0/18 mois) Par **Laure DINGLI**

10h-12h : Lundi **05/02**, Jeudi **04/04** ou Lundi **01/07**

### CERCLE DE PARTAGE SUR LE SOMMEIL DE BÉBÉ Par **Isabelle CALMELS**

9h30-11h : Mardi **13/02** ou Mardi **21/05**

### ATELIER DÉCOUVERTE "BÉBÉ MODE D'EMPLOI" Par **Isabelle CALMELS**

11h15-12h15 : Mardi **13/02** ou Mardi **21/05**

### CERCLES DE PAROLE Par **Sonia CADOUX**

PARCOURS PMA : 9h30-11h30 le Lundi **11/03**

DEUIL PÉRINATAL : 9h30-11h30 le Lundi **03/06**

### NATUROPATHIE Par **Élodie LEFORT**

GROSSESSE : 9h30-12h30 le Mardi **09/04**

JEUNES ENFANTS : 9h30-12h le Mardi **19/03**

### LES P'TITS MOUV' PARENTS-BÉBÉ Par **Élodie VALLET**

BÉBÉS NON MARCHEURS (de la naissance jusqu'avant la marche : 9h15-10h le Lundi **27/05**)

BÉBÉS MARCHEURS (de la marche à 3ans) : 10h15-11h le Lundi **27/05**

### ATELIER PRÉ-NATAL MÉDIT CHANT SON Par **Élodie VALLET**

11h-12h15 le Lundi **27/05**

### MASSAGE BÉBÉ Par **Orlanne SUCHET**

9h30-10h30 le Mardi **11/06**

### SOPHROLOGIE FEMMES ENCEINTES Par **Orlanne SUCHET**

11h-12h le Mardi **11/06**

## PORTAGE

2 Ateliers par mois  
matin ou soir

### DÉCOUVERTE DU PORTAGE Par nos monitrices certifiées

Porter votre enfant de manière confortable et sécuritaire pour lui et pour vous.

Découvrir les moyens de portage adaptés à vos besoins.

Partager un moment bienveillant, d'échanges et de partages.

### THÉORIE ET PORTAGE DEVANT

9h30-11h30 les JEUDIS **07/03, 04/04, 23/05** ou **13/06**

20h30-22h30 les MARDIS **05/03, 02/04, 21/05** ou **11/06**

### PORTAGE DOS (pré-requis : atelier théorie/devant)

9h30-11h30 les JEUDIS **08/02** ou **27/06**

20h30-22h30 les MARDIS **06/02** ou **25/06**



Conférences accessibles en langue des signes française

Conférences en ZOOM

Suivez-nous sur



INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES EN LIGNE POUR TOUTES NOS ACTIVITES SUR [WWW.NAISSENSETPARENTS.FR](http://WWW.NAISSENSETPARENTS.FR)

Association loi 1901. Rencontres autour de la grossesse de la naissance & de la parentalité / [contact@naissensetparents.fr](mailto:contact@naissensetparents.fr)

