

TOUTE L'EQUIPE VOUS
ACCUEILLE AU 16 MONTEE
DE LA BIARDE 38080 SAINT
ALBAN DE ROCHE

FACEBOOK : MAISON
PLURIDISCIPLINAIRE A
SAINT ALBAN DE ROCHE

CONTACTEZ-NOUS

Nathalie Donisi, conseillère en
huiles essentielles : 06.31.97.06.01

Aurélia Dupuis, sage-femme :
06.64.49.37.90

Fanny Matichard, diététicienne :
06.77.11.42.18

Laurence Quost,
psychomotricienne :
06.88.76.77.49

Héloïse Volpi, sage-femme :
06.50.06.53.07



NOS ATELIERS

A LA MAISON PLURIDISCIPLINAIRE DE SAINT ALBAN DE ROCHE

Vous soutenir, vous informer,
partager

LE MASSAGE BEBE

Héloïse, sage-femme vous accueille pour un moment de détente et de complicité avec votre bébé. Elle vous transmet les gestes qui l'apaisent et le calme, le soulagent de ses gaz et coliques, et lui permettent de mieux dormir

Inscription et renseignements **06.50.06.53.07**

POPOTE ET PAPOTE

Héloïse, sage-femme, vous propose un temps d'échange, entre femmes uniquement, pour prendre un temps pour vous, partager vos expériences de femmes à partir d'un thème qu'Héloïse choisit. Elle utilise différents outils pour vous aider à cheminer et vous soutenir les unes les autres.

Inscription et renseignements **06.50.06.53.07**

DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE

Fanny, diététicienne vous guide dans cette grande étape de la diversification alimentaire, afin de vous faciliter cette transition et que vous puissiez accompagner sereinement votre bébé dans cette découverte.

Inscription et renseignements **06.77.11.42.18**

HUILES ESSENTIELLES ET BIEN ETRE

Nathalie, conseillère en huiles essentielles, vous guide dans le choix et l'utilisation de vos huiles pour que vous puissiez améliorer naturellement votre bien-être au quotidien. Elle aborde des thèmes tels que les maux de l'hiver, les émotions ou la grossesse.

Inscription et renseignements **06.31.97.06.01**

PORTER SON BEBE EN ECHARPE

Le portage en écharpe est un moyen formidable pour donner au tout petit un sentiment de sécurité, et il libère les bras des parents .Au cours des ateliers avec Laurence, psychomotricienne, et Aurélia, sage-femme, vous découvrirez les différents outils de portage pour comprendre ce qui est plus adapté à votre bébé dans le respect de sa physiologie. Vous découvrirez les positions optimales pour l'installer et vous serez surpris de découvrir qu'après seulement quelques répétitions, les nouages sont simples et sécuritaires.

Inscription et renseignements 06.64.49.37.90 ou
06.88.76.77.49

LE DEVELOPPEMENT MOTEUR ET L'EVEIL DE VOTRE BEBE

Laurence, psychomotricienne, vous aide à connaître les étapes du développement de votre enfant et ses compétences, de 0 à 18 mois, afin de lui proposer des interactions, des activités et un environnement optimaux pour que votre relation s'épanouisse, l'accompagner au mieux dans cette évolution, dans l'expression de toutes ses compétences et vers son autonomisation.

Inscription et renseignements **06.88.76.77.49**

COMPRENDRE LES PLEURS DE SON BEBE

Au cours de 2 ateliers je vais vous aider à reconnaître les pleurs qui traduisent un besoin spécifique exprimé par votre bébé (faim, rot, gaz, sommeil, inconfort cutané) afin d'y répondre de manière optimale.

Toute la famille en recevra le bénéfice : moins de stress, plus de confiance, un bébé qui dort mieux, qui pleure moins, des interactions plus sereines et épanouissantes entre vous.

Inscription et renseignements **06.64.49.37.90**

COMPRENDRE LE SOMMEIL DE SON BEBE

Le sommeil du tout petit fait partie des grandes problématiques des parents et le manque de sommeil peut rendre la vie de famille très compliquée.

En comprenant comment évolue et mature le sommeil de votre enfant, vous serez plus sereins pour accompagner votre enfant car vous aurez compris ce qui est « normal » selon son âge. Vous apprendrez à « lire » les signaux que vous donne votre enfant afin d'adapter vos routines et rituels et d'améliorer son sommeil. Je vous guiderai également à accompagner votre enfant vers le fait de trouver son sommeil par lui-même et à comprendre ce qui l'en empêche.

Inscription et renseignements **06.64.49.37.90**