

La synergie des techniques proposées par nos praticiens se concrétise dans ce « **Parcours Maternité** » que nous proposons à la rentrée 2015 : il s'agit d'accompagner au mieux les futures mamans et jeunes mamans/parents dans leur vécu de la maternité afin que ce moment soit empreint de joie et de communion, et que les difficultés soient comprises et surmontées.

Ainsi, nous pouvons intervenir en :

Renseignements : [www.equibr-energy.fr](http://www.equibr-energy.fr)

### Ostéopathie

#### ✚ Pour la maman :

- Soulager les douleurs liées à la grossesse
- Participer à l'adaptation posturale de la maman pendant la gestation
- Préparer l'accouchement en libérant les blocages du bassin
- Après l'accouchement rééquilibrer l'ensemble du corps

#### ✚ Pour le nourrisson :

- Relâcher les tensions résiduelles suite à la position dans le ventre de la mère, ou dues à la naissance
- Réguler divers troubles tq régurgitations, troubles du sommeil ou digestifs

### Sophrologie

- ✚ En préparation à la maternité, permettre à la future maman de mieux vivre sa grossesse et l'accouchement, en apprivoisant son stress par des respirations spécifiques
- ✚ Se réapproprier le schéma corporel après la naissance du bébé
- ✚ Diminuer l'impact du baby blues

### Préparation à la naissance et à la parentalité en Pleine

#### Conscience :

- ✚ Avant l'accouchement, vivre la maternité en confiance
- ✚ Apprivoiser le stress, les peurs et les douleurs de l'accouchement
- ✚ Appréhender avec lucidité le rôle de parent

### Constellations familiales

Défaire les nœuds porteurs de tensions au sein de la famille afin de ne garder que ceux amenant du positif, la naissance étant souvent l'occasion de faire réapparaître d'anciennes querelles, tensions, projections ou angoisses

### Avec les fleurs de Bach, huiles de couleur et pierres

- ✚ Fleurs de Bach : pour la maman ou le nourrisson, gérer les émotions
- ✚ Huiles de couleur : détendre le nourrisson ou sa maman
- ✚ Pierres : certaines favorisent la détente, le sommeil... et l'ambre agit sur la douleur des dents qui poussent

### Massages parents-bébés

Apprendre à masser son bébé de moins d'un an, tout en respectant son rythme :

- mieux comprendre son bébé et renforcer les liens avec lui
- échanger avec d'autres parents sur des thèmes tels que les pleurs, le sommeil...
- soulager bébé en cas de coliques, de poussées dentaires
- apprendre des berceuses et des comptines pour l'apaiser

### Kinésiologie

- ✚ Dénouer les problématiques personnelles de la maman qui peuvent ressurgir pendant la gestation ou après l'accouchement
- ✚ Pour le nourrisson : détente en profondeur pour diminuer les troubles du sommeil, digestifs ou de l'humeur

### Massage créatif® - détente en profondeur

Après l'accouchement retrouver le schéma corporel, améliorer l'irrigation des tissus, équilibrer les fluides par du drainage, détendre en profondeur les muscles

### Qi gong

Mouvements adaptés à la future maman afin d'équilibrer le corps, l'esprit et les émotions, diminuer les diverses tensions, avoir plus d'énergie pour mieux lutter contre les infections.

### Energétique chinoise

- ✚ Pendant la naissance certains services médicaux font activement participer un acupuncteur afin de réduire la douleur
- ✚ Avant et après l'accouchement, rééquilibrer la circulation d'énergie dans le corps

### Un p'tit tour à la ferme : boutique BIO

- ✚ Huiles de massage
- ✚ Produits bébés

## Parcours Maternité



Equibr'Energy