" Prendre soin de
Soi pour prendre
soin de l'Autre. "

Peggy M. écoparentalité

www.peggy-m-ecoparentalite.com

@peggymecoparentalite

@peggy_m_ecoparentalite

Réflexologie Bébé Emotionnelle

Atelier pour Parent

naissance à 6 ans

Le bébé arrive au monde dans un tourbillon d'émotions.
Parfois des émotions qui ne lui appartiennent pas.

La réflexologie bébé émotionnelle® est destinée à **soulager les maux du quotidien** et **apaiser les émotions** du bébé et du jeune enfant en **libérant les blocages émotionnels** liés à la vie intra utérine, la naissance et l'histoire familiale de l'enfant.

Durant un atelier, **je vous transmettrai** des techniques qui touchent aux pieds de votre petit.
Plusieurs protocoles existent.
La séance de bienvenue à offrir à votre nouveau-né est un
point de départ émotionnel merveilleux fortement recommandé.

Des sujets pouvant être travaillés :
les poussées dentaires
les soucis digestifs
la peur
la tristesse
la séparation
une naissance déclenchée
une césarienne
des angoisses
le cordon autour du cou ...

Cette méthode permet de retravailler une naissance qui aurait pu être difficile ou tout simplement de souhaiter la bienvenue à son bébé avec des protocoles et une verbalisation très spécifiques.

Les techniques proposées ne sont pas à visée thérapeutique. Elles sont de l'ordre du bien-être dans une démarche holistique et consciente. Elles ne se substituent pas à une consultation médicale. Tout trouble et pathologie doivent être connus et suivis par votre médecin traitant.

Aromatouch

Soin Aromatique

Pour tous

Dans cette technique, les huiles essentielles pures et thérapeutiques sont appliquées **le long des méridiens énergétiques** et de **points réflexes du dos et des pieds**.

Ce soin se donne selon un protocole précis en 4 étapes :

1/ Relaxer

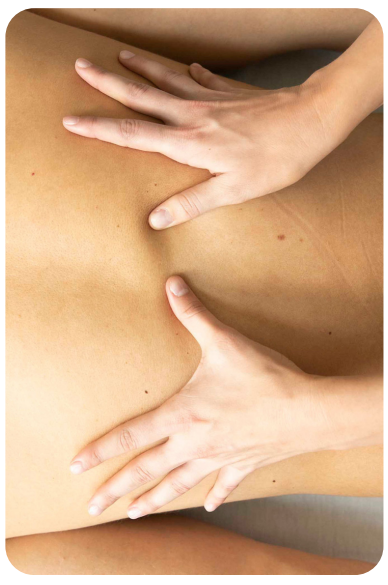
2/ Soutenir l'immunité

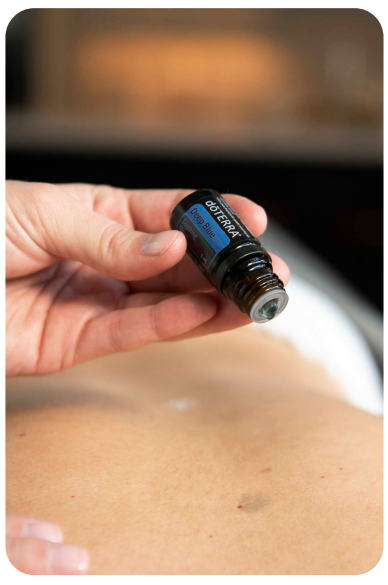
3/ Apaiser le corps

4/ Revigorer

Il consiste à **rétablir l'équilibre** du corps et de l'esprit. C'est un magnifique outil pour vous **libérer du stress physique et psychique** et retrouver un **sentiment de bien-être** instantanément.

Ce soin apaisant, purifiant et équilibrant se reçoit sur votre dos, vos oreilles et vos pieds.





Les techniques proposées ne sont pas à visée thérapeutique. Elles sont de l'ordre du bien-être dans une démarche holistique et consciente. Elles ne se substituent pas à une consultation médicale. Tout trouble et pathologie doivent être connus et suivis par votre médecin traitant.

Symphonie des cellules

Les protocoles en détail :

Protocole Cardiovasculaire

Conditions suggérées : *Angine de Poitrine, Cholestérol, Hyper|Hypo|tension artérielle, Phlébite, Syndrome de Raynaud, Varices, Fatigue Surrénale, Diabète...*

Protocoles Cellulaires

Conditions suggérées : *Maladie d'Alzheimer, Sclérose en plaques, Maladie de Parkinson, Troubles anxieux, Dépression, Anémie, Fibrose, Lymphome, Myélome, Lupus, Maladie de Lyme, Maladies auto-immunes, Zona, Néphrite, Endométriose, Fatigue Chronique...*

Protocole Chi

Conditions suggérées : *Lumbago, Hernie, Arthrite, Scoliose, Courbatures, Arthrose, Migraine, Jambes sans repos, Sciatique, Faiblesse Musculaire, Grippe, Tendinites...*

Protocole Digestif

Conditions suggérées : *Candidose, Gastrite, Brûlure d'estomac, Hémorroïdes, Hépatite, Colite, Constipation, Allergies, Dermatite atopique, Eczéma, Détox du foie, Infection urinaire, Acné, Reflux, Infection rénale...*

Protocole Emoblique

Conditions suggérées : *Fatigue Mentale, Anxiété, Trouble bipolaire, Dépression, Traumatisme émotionnel, Hypo|Hyper|glycémie, Perte de mémoire, Colère, Dépression Post-Partum, Peur, Dysrégulation de l'appétit...*

Protocole du Pardon

Conditions suggérées : *Colère, Rancoeur, Cirrhose, Difficultés respiratoires, Fatigue, Dépression, Haine, Traumatisme émotionnel, Anorexie, Stress, Boulimie, Solitude, Doute de soi, Mépris, Infection des Sinus...*

Protocole Equilibre Hormonal

Conditions suggérées : *Endométriose, Hyper|Hypo|thyroïdie, Ménopause, Syndrome Prémenstruel, Dépression Post-Partum, Couperose, Stress, Bouffées de chaleur, Stérilité...*

Protocole Maladie Infectieuse

Conditions suggérées : *Grippe virale, Streptocoque, Staphylocoque, Candida, Rhume, Parasite, Champignon, Angine...*

Protocole Inflammatoire

Conditions suggérées : *Fatigue Chronique, Lupus, Mal au dos, Conjonctivite, Constipation, Migraine, Fatigue musculaire, Sciatique, Jambes sans repos, Epuisement, Phlébite...*

Protocole Lymphatique

Conditions suggérées : *Perte de Poids, Cellulite, Rétention D'eau, Cystite, Acné, Allergies, Dermatite, Otite, Eczéma, Problèmes d'audition, Psoriasis, Acouphènes, Laryngite...*

Protocole Maximum

Conditions suggérées : *Problèmes digestifs, Problèmes de foie, Maladie auto-immune, Sarcome, Migraine, Maladie de Lyme, Allergies...*

Protocole Neurologique

Conditions suggérées : *Anxiété, Dépression, Peur, Troubles du Stress Post-traumatique, Maladie d'Alzeihmer, Maladie de Parkinson, TDAH, Insomnie, Problème endocrinien...*

Protocole Osteo

Conditions suggérées : *Ostéoporose, Polyarthrite, Spondylarthrite, Dysplasie fibreuse...*

Protocole Respiratoire

Conditions suggérées : *Asthme, Bronchite, Grippe, Congestion, Rhinite, Toux, Angine, Problèmes respiratoires, Maux de gorge, Sinusite, Laryngite...*

Protocole Sensoriel

Conditions suggérées : *Trouble olfactif, Trouble Sensoriel, Retard de développement, Changement d'humeur, Stress, Anxiété...*

Protocole Solaire

Conditions suggérées : *Fatigue Surrénale, Anorexie, Fatigue chronique, Faiblesse Musculaire, Perte de Poids, Anxiété, Dépression, Perte d'Energie...*

Les techniques proposées ne sont pas à visée thérapeutique. Elles sont de l'ordre du bien-être dans une démarche holistique et consciente. Elles ne se substituent pas à une consultation médicale. Tout trouble et pathologie doivent être connus et suivis par votre médecin traitant.

Portage Physiologique

Atelier pour Parent

Depuis la nuit des temps, les Hommes portent leurs petits.
Réapprenez ce savoir ancestral pour l'adapter à la vie d'aujourd'hui. Profitez des bienfaits du portage de votre bébé tout en lui assurant de la sécurité physique et affective.

Le portage physiologique permet de soulager des maux comme les coliques, de nourrir le réservoir affectif de chacun, de favoriser le bon développement de votre petit tout en vous libérant les mains !

Des bienfaits du portage physio :
l'inclusion
le développement cognitif
le développement moteur
le lien d'attachement
la production d'ocytocine
le soutien du transit
le respect du corps
les régulations physiologiques
les repères émotionnels
le sentiment d'appartenance

Il n'est pas nécessaire de posséder un moyen de portage, j'ai une valise pleine de merveilles grâce à laquelle vous saurez déterminer ce qui vous convient.

Les techniques proposées ne sont pas à visée thérapeutique. Elles sont de l'ordre du bien-être dans une démarche holistique et consciente. Elles ne se substituent pas à une consultation médicale. Tout trouble et pathologie doivent être connus et suivis par votre médecin traitant.

Allaitement

Préparation et soutien

Les ateliers de préparation à l'allaitement permettent de **découvrir les bases de la physiologie de l'allaitement**. Ces connaissances offrent la mise en place d'un **allaitement sain et serein**, essentiel aux premiers jours de vie de bébé. Découvrir et échanger sur ce sujet délicat et passionnant sont les prémices de votre aventure lactée !

Nous parlerons ensemble d'**allaitement à la demande**, de **courbe de poids**, de **colostrum**, nous verrons même s'il faut **réveiller un bébé qui dort** !
Venez avec vos connaissances, vos croyances et vos questions pour être **prête à allaiter votre bébé** dès la maternité.

Un soin Aromatouch des mains sera offert aux femmes en rendez-vous individuel.

renseignements et réservations : peggy.m@ecomail.fr - 06 17 31 30 69
www.peggy-m-ecoparentalite.com

Couches Lavables

Atelier Découverte et Accompagnement

Dans ces ateliers, nous verrons **l'intérêt d'utiliser les couches lavables**. Nous découvrirons ensemble **comment les utiliser et les entretenir** au quotidien.
Nous verrons **les matières** et **les formes** qui vous conviennent le mieux, je vous partagerai ce qu'il faut prévoir pour s'équiper ni trop, ni trop peu.
TE1 TE2 chanvre bambou n'auront plus de secret pour vous !

Je répondrai à vos questions si des soucis se posent à vous. Nous parlerons lessive au Savon de Marseille, séchage au soleil, crèches et nounous, couches de nuit, motricité...

renseignements et réservations : peggy.m@ecomail.fr - 06 17 31 30 69
www.peggy-m-ecoparentalite.com

Parentalité Positive

Atelier pour Parent

Jusqu'à 6 ans

Les parents parfaits se repèrent facilement : ils n'ont pas encore d'enfant !

Vous êtes parents, vous pensiez qu'il suffisait de faire si ou ça pour que tout roule, vous aviez des principes et des connaissances qui auraient du fonctionner, mais force est de constater que **le chemin est plus valonné que prévu**.

Quels que soient votre problématique ou vos questionnements, je vous accueillerai avec joie pour parler de votre situation, vos besoins, trouvez des **pistes** et des **outils** afin d'**avancer dans votre parentalité**, comme vous le souhaitez. La bienveillance, la communication non violente, le respect du développement naturel et des individus dans leur intégrité font partie intégrante de mon accompagnement.

Les rendez-vous Parentalité Positive peuvent se faire pour les enfants de la naissance à 6 ans en cas de :

sommeil difficile
crainte parentale
incompréhensions
doutes
angoisses
séparations difficiles
manque de soutien
besoin de CNV parent/enfant
sentiment d'isolement
sentiment d'incompétence
...

renseignements et réservations : peggy.m@ecomail.fr - 06 17 31 30 69
www.peggy-m-ecoparentalite.com

L'Ecoparentalité, c'est quoi ?

Ma vision de l'écoparentalité

J'ai lu un jour une étude folle pour mon regard de maman : pour sauver le planète, il faut que l'Humain cesse de se reproduire. L'idée de la non-reproduction de l'espèce humaine n'est pas en soi une mauvaise nouvelle... La mauvaise nouvelle pour moi, est de croire que notre seule issue est de faire l'autruche, tout en perdant intégralement foi en nos capacités.

Je suis convaincue et persuadée que l'Homme a toute sa place sur cette planète, qu'il est capable de vivre dans son environnement sans détruire tout sur son passage, qu'il est capable de ne pas se perdre dans les méandres d'une société de consommation, de pouvoir, de soumission, d'individualisation.

Je suis persuadée et convaincue qu'en se (re)connectant à notre essence même, on saura inverser les choses. Je crois pleinement en nos enfants pour faire vivre ce miracles. Mais ils ne pourront pas y parvenir sans nous. La voilà, l'Ecoparentalité, au sens large du terme. Respecter la nature et être parent, c'est possible. Respecter les humains, tous, les plus petits, les femmes, les pères en devenir... sont pour moi la clé ultime du monde qui nous est donné à construire. Offrons les outils de la Vie à nos enfants, ils en feront des merveilles...

Peggy M.

accompagnante périnatalité et parentalité spécialisée dans l'eco-logie et l'aromatologie

Qui je suis ?

Passionnée par la Maternité, la Petite Enfance et la Parentalité, mon chemin de vie m'amène aujourd'hui à vous accompagner sur ces sujets passionnants. Je suis sensible à la permaculture, convaincue que "**consommer, c'est voter**", qu'il ne faut pas seulement **rêver** le monde de demain, mais qu'il faut **être** ce monde-là.
Je me suis d'abord formée au **portage physiologique**, puis à l'**animation des ateliers Faber et Mazlish**. J'ai créé un support d'accompagnement à l'**utilisation des couches lavables**, mis en place des ateliers d'échange sur l'**accouchement physiologique**. J'ai suivi une formation pour vous offrir des **soins aromatiques**, et j'ai découvert en moi la puissance du soin transmis par le corps, pour l'esprit. Je me suis formée à l'**usage des huiles essentielles**, ce qui fait aujourd'hui partie intégrante de toutes mes pratiques (et mon quotidien). Je suis enfin formée à la **connaissance initiale de la lactation humaine**, à la **réflexologie bébé émotionnelle**. Je peaufine encore ma technique du soin **Kobido Post-Partum**...
Je suis également une femme **mère de 3 enfants**. Depuis 10 ans, j'ai pu mettre en pratique ce que je vous transmets, j'ai vécu les allaitements, les accouchements (dont un à la maison), les couches lavables, les nuits épuisantes, les journées éreintantes, l'incompréhension, la peur, la colère, les boutons de varicelles, les séjours à l'hôpital, les premiers pas, les premiers repas, les premières bosses, les questions sans réponse...
M'ont-ils appris plus que les formations ?
Je ne sais pas. Mais je crois sincèrement que ces enfants m'ont appris qui je suis aujourd'hui, qui je veux être et la mission que je veux mener au travers de **ce Cabinet Aromatique**...

---

renseignements et réservations : peggy.m@ecomail.fr - 06 17 31 30 69
www.peggy-m-ecoparentalite.com

"Prendre soin de Soi pour prendre soin de l'Autre."

Le Cabinet Aromatique

par Peggy M. Ecoparentalité

TARIFS

Accompagnement

Portage Physiologique Individuel ---------- 55€
Collectif ---------- 40€
Allaitement (Préparation et soutien) Individuel ---------- 50€
Collectif ---------- 40€
Atelier Couches Lavables Individuel ---------- 40€
Collectif ---------- 30€
Accompagnement Parentalité ---------- 60€

Soins

Réflexologie Bébé Emotionnelle Individuel ---------- 50€
Collectif ---------- 40€
Soin Aromatouch | pour tous ---------- 50€
(grossesse ou allaitement, prévenir à la réservation)
Symphonie des Cellules Adulte ---------- 40€
Enfant ---------- 30€
Kobido Post-Partum ---------- 70€

Peggy Marache est accompagnante en parentalité et périnatalité,
spécialisée dans l'éco-logie.
Formée en Aromatologie, les huiles essentielles font partie intégrante de ma pratique.

renseignements et réservations : peggy.m@ecomail.fr - 06 17 31 30 69

www.peggy-m-ecoparentalite.com