



Mado FICHE LIBOLT  
Sage-femme  
Accompagnement personnalisé

# BIEN-NAÎTRE

Programme d'Accompagnement Personnalisé à  
la **naissance et la parentalité**

## Séance 1

- Objectifs de l'accompagnement
- Les conditionnements
- Les attentes, les besoins
- Les peurs
- Découverte des différents outils de la méthode
- Le SOI
- Corporalité

## Séance 5

- Les difficultés
- Mieux comprendre
- Trouver des solutions
- S'adapter, se sécuriser
- Le travail en équipe
- Coaching Bien-Naître
- Corporalité

## Séance 2

- Quand partir à la maternité
- Démêler le vrai du faux
- Gestion du stress
- Coaching Bien-Naître
- Corporalité – ocytocine
- Sentiment de sécurité

## Séance 6

- La vie avec bébé
- Le cycle veille/sommeil de l'enfant
- Le nouveau-né, le nourrisson, son alimentation
- Allaitement maternel et biberon
- Diversification alimentaire

## Séance 3

- La naissance, ses étapes
- Devenir actrice de son histoire
- Entre norme, projet et bon vécu
- Développer ses ressources
- Coaching bien naître
- Corporalité

## Séance 7

- L'enfant
- L'homme, la femme
- Le couple et le couple parental
- La famille
- Coaching parental

## Séance 4

- La gestion du travail pour une naissance en douceur
- La Rencontre
- La magie de la biologie
- Coaching Bien-Naître
- Corporalité

## Séance 8

- L'ultime préparation pour le jour J
- Coaching Bien-Naître : relais au co-parent
- Révision de tous les outils de la méthode

La **séance 9** est une réunion postnatale

**Une méthode de travail psychocorporelle et énergétique individualisée :**

**Pleine conscience**

**Techniques psychocorporelles**

**Maïeutique**

**Outils sophroniques et hypnotiques**

**Relaxation**

**Méditation**

**Psychologie positive**

...

**2 fois plus de temps par séance**

**2 séances en plus**

**Du BIEN-ÊTRE  
Au  
BIEN-NAÎTRE**

