



Le
trousseau
Angélique

produits, idées, services,
conseils, événements
pour le bien-être
de bébé et des parents.

3 JOURS AUTOUR DE
L'ÉDUCATION POSITIVE

Montpellier
CHÂTEAU DE FLAUGERGUES
15MIN À PIED D'ODYSSEUM

exposants
conférences

Ateliers et débats
autour de l'éducation

Marché en plein air
Restauration BIO

Concerts - Spectacles
Innovations pour les enfants

Festival organisé par Neo-bienêtre

DÉCOUVREZ LE MEILLEUR DES INNOVATIONS PÉDAGOGIQUES
WWW.FESTIVAL-ECOLE-DE-LA-VIE.FR

L'Ô COCOON

Conçu comme un cocon, cet espace de douceur, de partage, de découverte et de détente va bientôt devenir votre deuxième maison !

Centre de bien-être multi activités pour la femme et la famille, avec garderie, café bio et boutique.

Découvrez un espace consacré à la famille grâce à des soins spécifiques (massages, sur terre ou dans l'eau (watsu), soins esthétiques, ostéopathie, sage-femme), des cours collectifs à faire seul ou en famille (yoga, pilates, signes bébé...) ou des ateliers (Mon Moment Magique, éveils musical...).



Pignan
06 56 75 11 34 / www.lococoon.fr

Thérapeute, fondatrice de l'association « Bien Naître pour Bien Être » et cofondatrice du festival Naître PERLE, ayant pour objectif d'accompagner les futurs parents, les parents et les enfants, j'ai décidé de créer des trousseaux de maternité dédiés aux futurs parents contenant des échantillons ainsi que des conseils par des professionnels du bien-être et de la santé.

J'ai fait le choix de mettre en valeur des produits français biologiques, naturels et écologiques, de mettre également en lumière des techniques de médecines douces, des conseils pour le bien-être et l'épanouissement des enfants afin de faire connaître des petites entreprises françaises et des thérapeutes locaux.

Le pochon est en coton biologique, vous lui trouverez j'en suis sûre une deuxième vie !

Afin de continuer à trouver des ressources, des conseils, des événements, des lieux, je vous invite à consulter le site www.trousseau-angelique.com

Je vous souhaite de belles découvertes et de profiter pleinement de ces moments avec vous-même, avec votre bébé, avec votre famille !

Angélique Bonnal

MATERNITÉ PÉRINATALITÉ

HYPNONAISSANCE®

Vous voulez vivre une naissance sans stress et dans le calme avec un inconfort minimum ?

Trouver votre puissance et votre connexion familiale ? Offrir à votre bébé une empreinte positive de naissance ?

Futurs parents, libérez-vous de vos programmations antérieures négatives, de vos pensées limitatives et de vos émotions de peur.

Apprenez à maîtriser l'autohypnose, l'approfondissement hypnotique, les respirations, les visualisations.

Vous concevrez la naissance comme une expérience positive, naturelle, joyeuse pouvant vous transcender et vous connecter.



Aurore 06 46 23 64 61
www.montpellier-hypnonaissance.com
quartier Port Marianne (MTP)

KANGATRaining®

C'est l'activité idéale pour les futures et jeunes mamans.

Bien plus qu'un programme forme, Kangatraining® est encouragé par les professionnels de santé.



Le mot d'ordre n'est pas la performance. Les monitrices vous guideront dans vos postures pour : protéger et renforcer votre périnée, corriger et suivre votre diastasis des grands droits. Exercices aux sols et debout, chorégraphies adaptées permettent la reprise d'une activité physique en douceur, progressive, dans la bonne humeur avec votre bébé.

Votre monitrice à Montpellier
Marjolaine Fabregoul
www.kangatraining.info

LA SOPHROLOGIE

Vous êtes enceinte et vous souhaitez vivre sereinement votre grossesse et la naissance de votre enfant ?

La sophrologie va permettre de mieux vivre la transformation de son corps et les petits désagréments de la grossesse, d'accompagner la naissance et la parentalité en vous préparant à accueillir avec confiance votre bébé.

A l'heure où de plus en plus de mamans recherchent un accouchement respectant la physiologie, la sophrologie est un outil de lâcher-prise et de confiance en soi.



Laura Caldironi (Saint Jean de Védas)

www.mysophrologie.fr

06 86 54 72 67

mysophrologie@gmail.com

DOULA : ACCOMPAGNANTE AUTOUR DE LA NAISSANCE

Prendre le temps d'écouter l'expression de vos émotions, de vos ressentis, de vos désirs et de vos besoins, cela dès la pré-conception, pendant la grossesse, à la naissance de l'enfant et plus loin encore après l'accouchement.

Prendre le temps de répondre, d'expliquer, de vous épanouir dans votre capacité de femme-future maman à faire vos propres choix et aux futurs parents de s'offrir un espace pour eux et pour accueillir le nouveau-né.

Prendre le temps, accompagner, prendre soin.

Christine Boudet - 06 59 20 58 53
chrisboudet.cb@gmail.com
christineboudet-doula.fr



ACCOMPAGNEMENT PÉRINATAL (NON MÉDICAL)

Avec la naturopathie, une écoute bienveillante et les besoins essentiels du nouveau-né respectés : de la préconception et conception (infertilité, cure de détoxification et projet d'enfant), de la grossesse (maux divers, inconfort), de l'accouchement (projet de naissance) et de l'après naissance (bain enveloppé, peau à peau, portage en écharpe, massage bien être).



Nathalie Dinguin :
Naturopathe vitaliste,
Praticienne de santé,
Certifiée de la FÉNA, Conseillère en hygiène et
éducation périnatales

06 63 60 42 52 / nathaliedinguin.naturopathie@gmail.com

PARENTALITÉ

ACCOMPAGNEMENT DE L'ÊTRE DANS SA GLOBALITÉ

dans sa plénitude au travers de votre sensorialité et celle de l'enfant à naître de la préconception à la parentalité.

Sophie Pellier, accompagnante à la maternité (massage femme enceinte et soin énergétique) Montpellier Sud

06 14 94 94 74

Angélique Bonnal, accompagnante périnatale, maître Reiki (massage femme enceinte, accompagnement et soin énergétique, phytothérapie et fleur de Bach (femme enceinte, parents et nourrisson), projet de naissance, massage Shantala bébé) Prades-le-lez

06 15 43 45 78

www.bien-naitre-pour-bien-etre.com/angelique



LE MASSAGE TANTRIQUE : VOTRE CORPS EST UN TEMPLE.

Un rituel de reconnexion profonde avec vous-même, un soin de guérison de votre rapport avec votre corps, avec votre féminité et votre énergie sexuelle, votre énergie de vie.

Avant la grossesse, pour préparer votre corps, faire alliance avec lui dans l'amour et la douceur ; pendant la grossesse, pour accompagner les changements ; après la grossesse, pour vous réapproprier votre corps et votre énergie de femme.



Cécile Yvorel - 07 81 11 67 34
cecile.yvorel@nectarin-bienetre.com
www.nectarin-bienetre.com
Prades-Le-Lez / Atelier du Bien-Etre

S'AIMER !

Connaître et aimer son corps quel que soit le moment de la vie.
Apprécier et accepter son corps après bébé avec ses changements.
Comment (re)trouver une sexualité pendant et après l'arrivée de bébé ?
Pouvoir être accompagné dans ces moments charnières seule ou en couple, est essentiel.



Claudie Morizot, coach en sensualité et sexualité, animatrice de stage de tantra femmes, formatrice de coach, praticienne de massage Taoïste sensuel, praticienne du soin énergétique « Bénédiction de l'utérus ».

20% de réduction sur le premier rendez-vous d'1 heure Code ABCM

www.claudiemorizot.fr
www.coach-formations.fr

EDUCATION RELATIONNELLE POST-PARTUM

L'arrivée d'un enfant fait évoluer l'histoire du couple : du conjugal, il passe au parental. Des retentissements sur la place de chacun, sur la sexualité et le plaisir du couple ont lieu.

Soyez accompagné dans vos changements de femme et d'homme devenus parent par l'Education Relationnelle Post-Partum, afin de favoriser la reprise d'une sexualité amoureuse après l'accouchement et le (r)établissement d'une communication complice tout en respectant l'histoire de chacun.

Consultations (Mtp, St Afrique), formations, conférences, un livre sur l'amour et le post-partum.



Ingrid Lebeau 06 80 60 26 22
www.sexologie-occitanie.fr

FAUTEUILS SUSPENDUS

Plaisir dans votre jardin de pouvoir vous reposer pendant votre grossesse ou faire la sieste avec bébé sur vous, bercé par les mouvements doux de la brise, avec ces hamacs d'un confort sans pareil.

Matériaux naturels et recyclés, différents coloris.



Florian Bourgoïn, artisan créateur
entreboisetsens@mailoo.org
06 52 93 93 28
www.facebook.com/entreboisetsens



NOURRISSON

COUCHES LAVABLES

Elles sont une alternative saine, écologique et économique, pratique aux changes jetables.

Les couches lavables sont aérées, constituées de matériaux naturels ne contenant aucun produit chimique. La peau de votre bébé respire et n'est pas en contact avec un matériau nocif. Leur forme anatomique respecte l'espace entre les jambes de bébé et s'adapte à ses positions.

Couchicoucha vous propose des solutions pour une transition simple vers les couches lavables.

Pour des bébés zéro-déchets !

- des ateliers pour s'informer
- des kits de location pour se lancer



www.couchicoucha.com



Un berceau évolutif et bien plus encore !



frenchpoupon.fr



Certifications & Labels :



De 0 à 6 mois

Un Couffin nomade, une table à langer avec le matelas et son couvercle et un joli berceau grâce au support en bois.

De 6 mois à 6 ans

Votre support devient un bureau pour les créations de bébé & un mini-canapé pour l'accompagner dans ses lectures !

De 6 ans et +

Le support en bois, grâce au matelas posé dessus, devient une banquette qui convient jusqu'à la taille adulte.

« QUAND ET COMMENT INTRODUIRE LES ALIMENTS AUTRES QUE LE LAIT ? »



La diversification alimentaire, qui intervient dans les 1000 premiers jours de vie, est l'étape la plus importante pour le futur comportement alimentaire de l'enfant.

Julie, Docteur en Nutrition et Créatrice d'Hamstouille, propose des ateliers en ligne gratuits pour aider les familles à définir un projet de diversification personnalisé en fonction des habiletés et de l'environnement de bébé.

www.hamstouille.fr

**Blog, Accompagnement personnalisé,
Formation à la diversification autonome
(DME – diversification menée par l'enfant).**

« TOUT SAVOIR POUR QUE VOTRE BÉBÉ DORME FACILEMENT ET LIMITER SES PLEURS »

Une formation en ligne courte et pragmatique de 7 vidéos, pour apprendre à décoder les mimiques et gestes de votre bébé tout au long de la journée et de la nuit (de la naissance jusqu'à 6 mois, tout en intégrant l'alimentation) afin de savoir quels sont ses besoins, et plus particulièrement celui du sommeil.

Par Ann-Karin Griesner psychologue spécialisée en périnatalité et sur le sommeil du nourrisson.



www.akgriesner.com/formation-sommeil-bebe



Lulu nature

WWW.LULU-NATURE.COM

*L'alternative BiO !
Fabricant Français
Depuis 2004*

*Tout pour Bébé
couches lavables évolutives
Lingettes lavables
Capes de bain
Matelas à langer*



*Et pour Maman
Lingettes démaquillantes
Hygiène Féminine
Serviette Sèche Cheveux
Tawashi*

Offre de bienvenue de 10 % de remise avec le code : MATER10

214 avenue des merisiers

Mail : contact_lulunature@yahoo.fr

85210 SAINTE HERMINE

Tel : 02 51 27 02 89

INITIATION AUX GESTES DE PREMIERS SECOURS BÉBÉ

Futurs et jeunes parents, avec Family Sauvetage, en 2 heures et à domicile, découvrez des gestes simples et faciles à mettre en place qui peuvent faire la différence face à tous les accidents du quotidien : chute, étouffement, brûlure, malaise, noyade...

Un seul objectif :

Vous rassurer en répondant à toutes vos interrogations et en vous donnant des astuces concrètes pour éviter les dangers.

Profitez de cet atelier pour venir avec les grands-parents afin qu'ils puissent avoir les bons réflexes en cas de besoin !

www.familysauvetage.com



OSTÉOPATHE PÉDIATRIQUE ET PÉRINATAL

Dès la naissance, votre bébé peut présenter de l'inconfort, des douleurs ou des blocages dus aux compressions dans le ventre ou aux traumatismes de l'accouchement.

Un ostéopathe spécialisé en pédiatrie rééquilibre le bébé et lève les tensions grâce à des manipulations douces et non douloureuses.

- torticolis, tête plate (ou rotation de tête préférentielle) - coliques, reflux - schéma d'extension - forceps ou ventouses - difficultés de succion et d'allaitement - troubles du sommeil et pleurs.

L'ostéopathie pour le bien être de votre bébé.



Nathalie Gaso

Ostéopathe Pédiatrique et Périnatal exclusif (34820 Assas)

nathalie@crome.f - www.crome.fr - 06 58 97 27 70

Offrez à votre bébé sa toute 1^{ère} expérience



Liberté, épanouissement dans l'eau



Bien-être & éveil des sens

Pour les bébés de 1 à 6 mois, en séances privées

Sylvie MAGE

Thérapeute corporelle en Ayurvéda
au féminin, enfants & bébés

vous recevra sur rendez-vous

06 19 38 34 04

17, Rue Jean Carrière - 34830 JACOU



Bains d'éveil,
Massages bébés,
Ateliers de massage bébé,
Massages femmes de tout âge,
Femmes enceintes et après accouchement.

www.ospabebe.fr - ospabebe@gmail.com

DES TAPIS D'HISTOIRES

Offrir des mots et des images à votre enfant, partager un moment privilégié autour des histoires et des comptines pour qu'il ait envie de raconter et de rêver à son tour. Nos tapis à histoires et leurs personnages vous invitent à des voyages imaginaires infinis.

Toutes nos créations sont des pièces uniques
Petit format (diamètre 55 – 60 cm) + 3-4 personnages
30€ à 50€. Modèles personnalisés sur commande.
Ne pas laisser les enfants de moins de 3 ans
jouer seuls avec les tapis et les personnages.

Baba Livre (Nîmes)

06 51 01 21 79

contact@babalivre.fr

boutique en ligne : babalivre.fr



LE PORTAGE

Après 9 mois dans le ventre, bébé découvre le monde. A bras, le parent fatigue rapidement.

Le portage physiologique permet à chaque membre de la famille de prendre sa place et d'être serein. Bébé est plus calme, la lactation facilitée, les reflux réduits.



Le portage physiologique s'adapte à chacun. Une consultante en portage physiologique accompagne les parents dans le choix de l'outil et apprend à s'en servir. Pour un portage confortable et durable. L'aromathérapie accompagne également sur les bobos du quotidien émotionnels et physiques.

Aleksandra Demazy
www.aleksandrademazy.com

ALLAITER SON BÉBÉ AU SEIN, C'EST LE NOURRIR MAIS AUSSI

- Répondre à ses besoins nutritionnels à tous les stades de son évolution,
- Lui offrir un meilleur développement et une meilleure immunité,
- Diminuer chez lui les risques de mort subite du nourrisson et d'obésité infantile
- Et favoriser le lien d'attachement qui vous unit.



Vous souhaitez allaiter ? Vous hésitez encore ?

Le site **vanillamilk.fr** vous guide vers toutes les ressources et informations utiles pour préparer sereinement votre allaitement.



Créé en 2005 par une professionnelle de santé, **Neobulle** est un fabricant français qui conçoit et commercialise des solutions de portage et des produits de soins bio pour les bébés et les mamans.

-10% sur www.neobulle.com jusqu'au 31/12/2020 avec le code TROUSSEAUDANGELIQUE10

Prenez soin de vous et de vos proches tout en douceur avec les produits **Natur'Aile**. Savons et shampoing bios saponifiés à froid Nature et Progrès.

www.natur-aile.com



Moringa éthique et bio stimule la lactation. Spiruline bio crue et garantie sans métaux lourds pour ses Nutriments & renforcer l'Immunité.

www.dihe.fr

Tingrela vous propose du Beurre de Karité Cru Biologique et Équitable pour prendre soin naturellement de maman et son bébé.

www.tingrela.fr



L'infusion allaitement qui vous est offerte par **Pagès** est composée d'anis bio 47%, de fenouil bio 20%, de verveine bio, d'arôme naturel d'orange bio 15%, d'écorces d'orange bio.

www.pages.fr

Méditation Energie de Ophélie Simon (Sage-femme, énergéticienne)

11 méditations et pratiques énergétiques pour accompagner votre enfant en développant la communication avec son être et vos capacités de parents.

www.eclorenaissance.com/outils/meditation-energie



Néo vous accompagne dès la naissance de votre enfant avec ses bandeaux peau à peau et ses écharpes de portage pour ne faire qu'un avec votre bébé.

www.neo-peauapeau.com

L'Atelier du Crocodile Bleu

crée vos doudous sur mesure
et des Chasse-Cauchemars©, Chasse-Colères.

www.crocodilebleu.fr



POUR ALLER PLUS LOIN (REVUES)

«L'enfant et la vie»

est un magazine trimestriel pour mieux comprendre
l'enfant et l'accompagner
à toutes les étapes de sa vie.

www.lenfantetlavie.fr

**L'enfant
et la vie** Comprendre l'enfant
pour mieux
l'accompagner



La revue "Grandir Autrement"

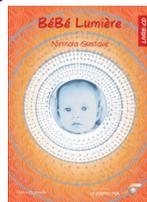
accompagne les parents et les professionnels sur le chemin d'une éducation respectueuse des besoins et des rythmes de l'enfant et de la famille, en cohérence avec une attitude écologique globale.

www.grandiraument.com

POUR ALLER PLUS LOIN

(LIVRES)

«**Bébé Lumière**» (éd. Le Souffle d'Or)
de Nirmala Gustave (thérapeute Holistique).
Livre et CD audio de 11 méditations guidées
dès le désir de bébé, pendant chaque mois de la
grossesse et après la naissance, pour être zen.



«Trois Rituels de Femme pour Mandakini»

(roman ebook) de Nirmala Gustave.

En Inde, la menstruation, la maternité et la
ménopause sont l'occasion de rituels féminins.

www.nirmalagustave.com



«Je médite à l'écoute de mon corps» de la pleine conscience à la pleine santé.

(éd. Solar) de Nirmala Gustave.

7 sphères-santé explorées par la méditation
et une dizaine de rituels + 45 audios.



«Si j'avais su...De doulas à parents»

de Aline Gosse (doula).

Ce guide de maternité compact et complet,
encourage l'autonomie des futurs parents en
transmettant des informations éclairantes pour
permettre des choix en conscience.

www.lilidoula.com



« Bien Naître pour Bien Être »



Centre d'accompagnement pour bien vivre sa grossesse,
pour une naissance respectueuse et respectée
et une parentalité bienveillante et consciente.

www.bien-naître-pour-bien-etre.com
06 15 43 45 78

ZA les Baronnes, avenue des Baronnes, 34730 Prades-le-Lez, France

BIEN NAITRE POUR BIEN ETRE présente
ses Parcours NaîtreOmonde :

- PARCOURS MATERNITE
*pour vivre sa grossesse au mieux et
préparer la naissance*
- PARCOURS PARENTALITE-BEBE
*pour une parentalité consciente et
bienveillante*

Contenu :

- une partie de jeu NaîtreOmonde
- 9 ateliers au choix
(yoga, sophrologie, chant,
massage bébé, portage...)

Tarif du parcours 150€

Bien Naître pour Bien Être (Prades-Le-Lez)

www.bien-naître-pour-bien-etre.com

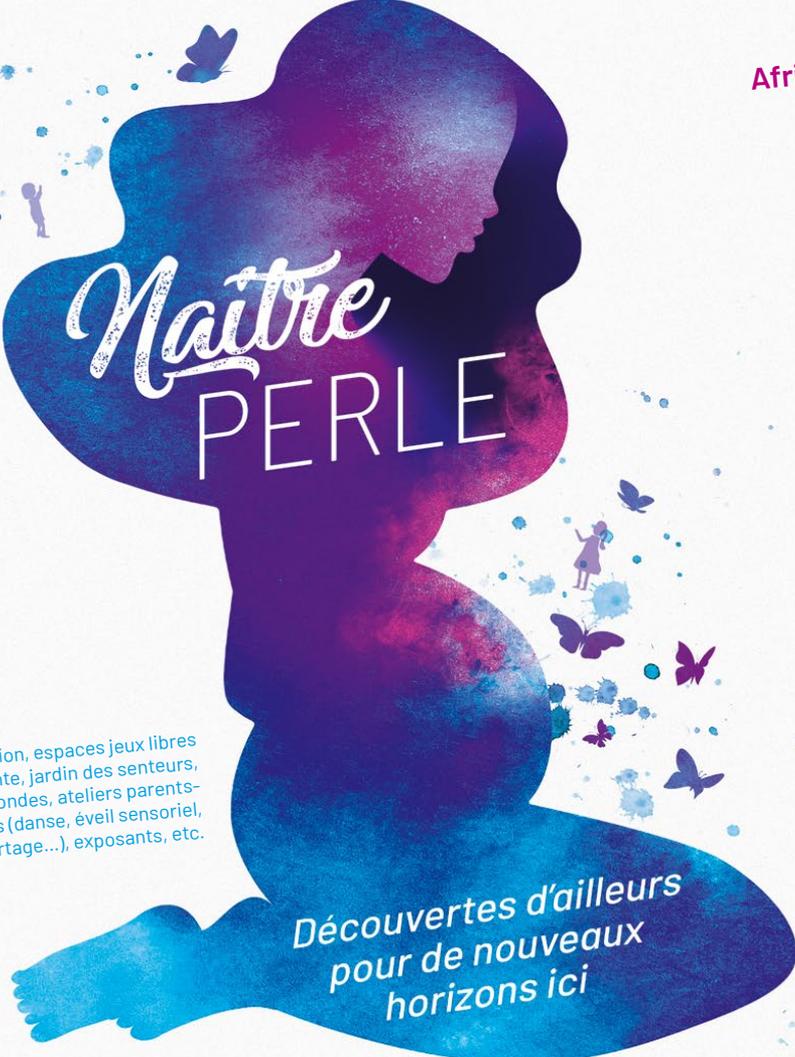
06 15 43 45 78



Festival international

pour les bébés, les jeunes enfants,
leurs parents et ceux qui les accompagnent

.....
Québec
Belgique
France
Brésil
Afrique du Sud
Mexique
Espagne
.....



Naitre
PERLE

Restauration, espaces jeux libres
et détente, jardin des senteurs,
tables-rondes, ateliers parents-
bébés-enfants (danse, éveil sensoriel,
portage...), exposants, etc.

Découvertes d'ailleurs
pour de nouveaux
horizons ici

www.naitreperle.com

Centre Bien Naitre pour Bien Être
8 avenue des Baronnes
34730 Prades-le-Lez, France

Contact & réservations
06 15 43 45 78 - naitreperle@gmail.com
Gratuit pour les moins de 14 ans

