



# NAITRE PARENTS

Parce que la naissance d'un enfant bouleverse nos équilibres, nous vous proposons de nous retrouver en groupe pour échanger autour de ces thématiques:



NOUVEAU NÉ/NOUVEAUX MOTS

Comment communiquer avec Bébé



UN TEMPS POUR SOI

Identifier ses besoins pour des moments bien-être



MON ALIMENTATION PLAISIR

Identifier ses ressources pour optimiser ses repas



A VOS MARQUES |

Penser l'activité physique après la naissance



LE PETIT NID

Organiser l'environnement de Bébé



ET NOUS DANS TOUT ÇA

Echanger sur son intimité après l'arrivée de Bébé

 **PÔLES DE SANTÉ:**

 **PLOUAY**  
de mars à mai

 **INZINZAC LOCHRIST**  
de mai à juin

 **PONT SCORFF**  
de octobre à décembre

Contactez Soazig:

06 02 21 75 77

naitreparents56@gmail.com