

**Samedi 3 et dimanche 4 décembre, 10h-18h30**, 45 rue  
Abbé Grégoire – 38000 Grenoble

### **Initiation au toucher bienveillant et au massage des enfants**

*Stage de 1 journée + 1 journée d'approfondissement destiné  
aux parents de jeunes enfants.*

Le massage, et par extension le toucher en général, sont certainement les remèdes les plus efficaces contre les grands maux de notre société que sont le stress, la dépression, l'angoisse, le sentiment de solitude.

Mais toucher c'est d'abord entrer en contact, s'ouvrir à l'autre et apprendre à sentir. C'est aussi apprendre à être touché, à prendre conscience de ce que l'acte de toucher provoque en nous qui touchons.

Au cours de cette journée, bien que certains protocoles de massages pourront être enseignés, l'accent sera surtout mis sur le « comment » plutôt que sur le « quoi ».

Lors de la deuxième journée (optionnelle) nous approfondirons notre découverte en abordant le thème de la relation parent-nourrisson à travers le toucher. Nous découvrirons au cours de cette journée comment envisager la réparation du lien d'attachement. Conjointement à l'observation et à la pratique du toucher, une large place sera donnée aux échanges et au partage d'expériences.

Proposé et animé par Christophe Obraczka, thérapeute psycho-corporel, [www.biodynamicien.fr](http://www.biodynamicien.fr)

**Vendredi 16 décembre, 20h30, MNEI**

### **Projection débat du film Maïeuticiennes**



Hélène, Rosanna, Caroline et Fabienne auscultent, prescrivent, écoutent, accompagnent des parents qui ont choisi de donner naissance à leur enfant chez eux.

Par petites bribes de quotidiens entremêlés, le film fait le portrait de ces sages-femmes qui ont choisi de pratiquer leur métier comme un art. Un art de la maïeutique, centré sur le choix des femmes et le

respect de la physiologie. Des choix qui ébranlent un tout petit peu l'hypermédicalisation de l'accouchement.  
*Projection suivie d'un débat avec les sages femmes membres de BNG*

### **A suivre début 2017 :**

- Ateliers **portage** et ateliers **sophrologie** parents/enfants.
- Thé des parents sur les alternatives aux serviettes et tampons jetables.
- Projection/ débat des documentaires « **Silence on vaccine** » / « **C'est d'apprendre qui est sacré** »...

### **Tarifs 2016 :**

#### **Adhésion en conscience.**

#### Conférences

- Adhérents : participation en conscience
- Non-adhérents : 7€

Tables-rondes / thé des parents : Participation en conscience

Ateliers : Tarif selon atelier, renseignement [contactbng38@gmail.com](mailto:contactbng38@gmail.com)



Notre association est partenaire du magasin **Mon petit öko** qui vous offre une remise de 5% sur présentation de votre carte d'adhérent.

### **Prêt de piscines d'accouchement :**

BNG met à disposition des adhérents ayant un projet d'accouchement à domicile des piscines spécifiques.

Renseignements/Réservation auprès de Célia :

[celia.rohner@gmail.com](mailto:celia.rohner@gmail.com)

Ce programme est non exhaustif: **d'autres activités sont susceptibles d'être mises en place.**

Pour suivre nos actualités, rendez-vous sur  
notre site

[www.bien-naitre-et-grandir.fr](http://www.bien-naitre-et-grandir.fr)

Notre compte twitter @Bgrandir

Ou scannez le code pour découvrir notre page Facebook :



# **Conférences et activités Septembre/Décembre 2016**



Association d'informations et  
d'échanges sur  
**la Naissance, la Santé  
et la Parentalité**

Association de parents bénévoles Loi 1901,  
sans but lucratif, ni appartenance  
philosophique, politique ou religieuse.

Aurélié : 06 18 81 55 68

Florence : 06 28 95 02 71

Site : [www.bien-naitre-et-grandir.fr](http://www.bien-naitre-et-grandir.fr)

E-Mail : [contactbng38@gmail.com](mailto:contactbng38@gmail.com)

**Maison de la Nature et  
de l'Environnement de l'Isère (MNEI)  
5 place Bir Hakeim - 38000 Grenoble  
Entrée des conférences : Porte latérale de droite**

**Samedi 10 septembre**, 9h30 à la MNEI

## **Atelier Sophrologie parent/enfant**

Un moment de pause entre parents et enfants, pour se retrouver à travers la sophrologie. A l'aide d'exercices ludiques, parents et enfants partiront ensemble à la découverte de leurs sensations et de leurs émotions.

Matériel indispensable : son regard d'enfant !

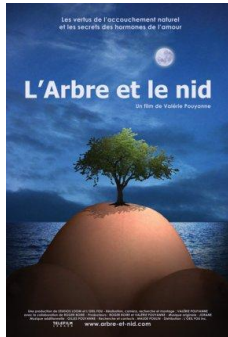
*A partir de 5 ans.* Tenue décontractée pour tous !

Animé par Charlotte Weiss, sophrologue caycédienne

<http://weiss-sophrologie.fr/>

**Vendredi 23 septembre**, 20h30 à la MNEI :

## **Projection/ Débat, L'Arbre et le Nid**



Au Québec, 98% des femmes accouchent à l'hôpital, alors qu'auparavant la norme était de mettre au monde à la maison. Un mouvement contrebalance cette tendance. La popularité des sages-femmes est croissante et de plus en plus de familles aimeraient accoucher chez elles ou dans une maison de naissance. En plus de suivre des couples qui ont choisi cette voie, des chercheurs et des médecins de famille discutent de ce phénomène, revenant sur les risques liés à la péridurale et à la césarienne. Véritable parti pris pour les maisons de naissance et la pratique des sages-femmes, **L'Arbre et le Nid** montre de façon très intime et émouvante différentes manières d'accoucher. (*Québec, 2013, réalisation Valérie Pouyanne*).

**La projection sera suivie d'un débat avec le public et les sages-femmes présentes.**

**Samedi 24 septembre et samedi 10 décembre**, 9h30 MNEI

## **PEPS café**

Venez échanger autour d'articles du magazine PEPS, en particulier, et/ou de la parentalité positive en général lors d'une discussion auto gérée où priment la convivialité, la rencontre et le débat lancé par les lecteurs. La parole est libre dans la limite du respect de chacun. Chacun est invité à apporter de quoi grignoter, l'association s'occupe des boissons. Les bébés et enfants sont bienvenus.

**Samedi 8 octobre** 9h30 (lieu à déterminer)

## **Atelier portage**

Les monitrices de l'association vous proposent un moment pour partager et apprendre autour du portage physiologique des nourrissons et des bambins. C'est l'occasion de découvrir et d'essayer différents porte-bébés (écharpes, slings, préformés...) afin de vous permettre de choisir ce qui vous convient le mieux. Suivant vos demandes, nous aborderons les principes du portage physiologiques, les différents nouages et partagerons avec vous les astuces pour porter votre enfant en confiance et en sécurité. Notez qu'il est tout à fait possible de participer à cet atelier enceinte (nous mettrons à votre disposition nos poupons de portage).

**Vendredi 14 octobre** 20h30, MNEI

## **Table ronde : Accoucher à domicile ou en maison de naissance, le choix existe !**

Il est tout à fait possible de donner naissance, en toute sécurité, en dehors des hôpitaux et cliniques. Chaque femme dont la grossesse se déroule normalement peut désormais choisir d'accoucher en maison de naissance, voire à son propre domicile. Ces alternatives ont en commun l'accompagnement et le suivi par une sage-femme libérale garante de la physiologie.

Quelles sont les conditions pour bénéficier d'un tel accompagnement ? Comment se déroule le suivi ? Comment les parents qui ont fait ces choix ont-ils vécu la grossesse et l'accouchement ? Que choisir entre maison de naissance ou accouchement à domicile ? Autant de questions auxquelles vous trouverez réponses grâce à des témoignages riches et variés. *Table ronde animée par des sages-femmes accompagnant des accouchements à domicile et/ou en maison de naissances et par des parents ayant fait ces choix.*

**Samedi 5 novembre**, 9h30 MNEI

## **Thé des parents: les alternatives aux couches jetables**

Polluantes, chères, contenant trop souvent des produits toxiques, les couches jetables sont loin d'être une solution idéale pour la planète et nos bébés. Heureusement, il existe de nombreux modèles de couches lavables, jolies, faciles à entretenir, et très économiques à l'usage. Il est aussi possible d'essayer l'hygiène naturelle infantile qui permet d'être à l'écoute, dès sa naissance, des besoins d'élimination du bébé. Nous aborderons toutes vos questions lors d'une discussion autour d'un café et vous présenterons les couches, langes et petit matériel nécessaires pour limiter au mieux notre consommation de couches jetables.

**Vendredi 18 novembre** 20h30, Maison du Bois d'Artas, 3 rue Augereau 38000 GRENOBLE

## **Conférence : Cris et colères des bébés et jeunes enfants**

Être parent est une grande joie au quotidien. Et pourtant, il n'est pas toujours facile d'entendre son enfant pleurer ou être en colère régulièrement ? Pourquoi le petit enfant manifeste-t-il souvent des pleurs, de la tristesse, de la frustration ? On sait aujourd'hui que l'estime de soi d'un enfant et sa socialisation reposent notamment sur l'empathie qu'il reçoit depuis tout petit, et la façon dont ses émotions ont été accueillies. Comment accompagner au mieux les émotions qui peuvent surgir ? La conférence proposera quelques pistes pour comprendre, prendre conscience et réagir efficacement, dans un cadre bienveillant et soutenant pour tous les parents.

Animée par Flore Viard, accompagnante parentale, formée par Catherine Dumonteil-Kremer.

<https://parentalitepositive.wordpress.com/>