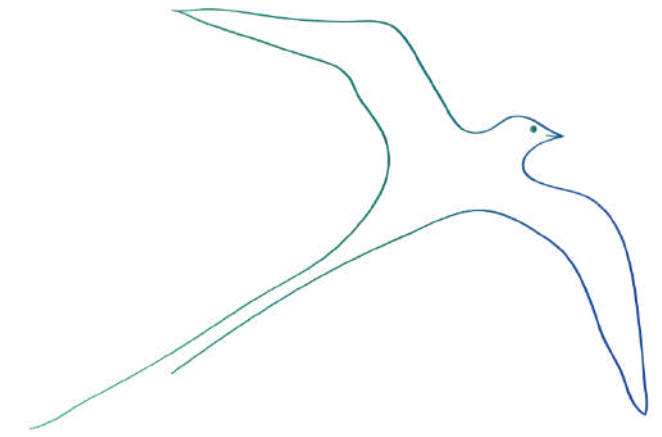


PÉRINATALITÉ

Le désir d'enfant

Accompagnement
fertilité & PMA

Marie TURPIN
Naturopathe



Accompagnement

PÉRINATALITÉ



Préconception

Optimiser sa fertilité,
accompagner un parcours PMA,
préparer son corps à une
grossesse,...

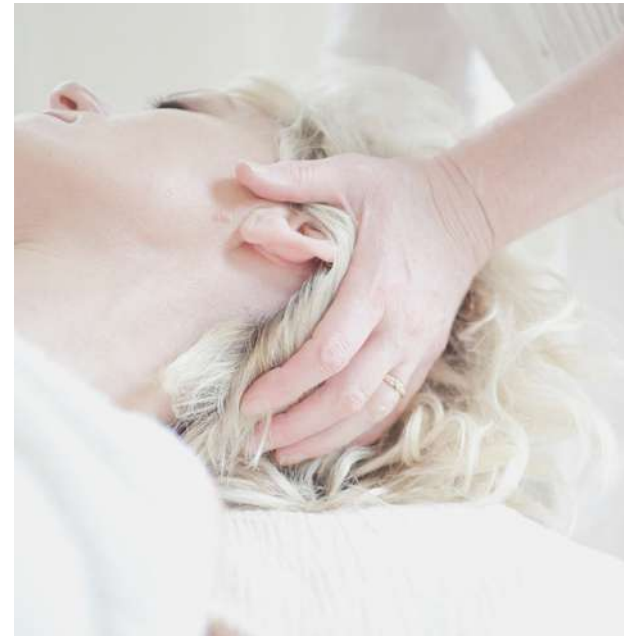
Grossesse

Veiller aux besoins spécifiques
de la femme enceinte, vivre au
mieux sa grossesse et éviter les
désagréments mais aussi
préparer l'après.

Post-Partum

Prendre soin de son corps et de
ses émotions, éviter les
carences, appréhender son
nouveau rôle,....

Désir d'enfant



Naturopathie

En alliant alimentation (micronutrition), mouvement, gestion du stress et des émotions, on met toutes les chances de son côté pour permettre à l'organisme de fonctionner de façon optimale.

Chouchouter son corps

Parce qu'il est indispensable de prendre soin de soi, de lâcher prise et de se faire chouchouter, je vous propose des massages bien-être, de la méditation de pleine conscience ou des techniques de relaxation guidée.

Des outils pratiques

Chaque mois, vous recevez des outils concrets pour vous donner des clés de compréhension : fiches, vidéo,... et bien sûr des échanges directs ou par e-mail avec moi pour vos questions et vos doutes.

Formule Essentielle

Accompagnement sur 3 mois :

3 rendez-vous dont un bilan + 2 fiches accompagnement + recettes

+ échanges sur whatsapp

à 220€

MOIS 1

- 1 rdv bilan de naturopathie (1h)
- 1 fiche accompagnement *

MOIS 2

- 1 rdv de suivi classique (40/45 min)
- 1 fiche accompagnement*

MOIS 3

- 1 rdv de suivi
+ des fiches recettes

*Fiches accompagnement au choix : les perturbateurs endocriniens, l'impact du sucre sur la fertilité, les superaliments de la fertilité, suivre son cycle grâce à la symptothermie

Paieement possible en 2 fois. Programme ajustable si une grossesse a lieu au cours de l'accompagnement.
Les rendez-vous peuvent avoir lieu en présentiel ou en visioconférence.

Formule Sérénité

Accompagnement sur 4 mois :

4 Rendez-vous dont un bilan + 1 méditation guidée + 3 fiches accompagnement + des recettes
+ échanges sur whatsapp

à 370€

MOIS 1

- 1 rdv **bilan** de naturopathie (1h)
- 1 **fiche accompagnement** pour comprendre ses besoins et adapter son alimentation selon les périodes du cycle

MOIS 2

- 1 **rdv de suivi** (40 min)
 - 1 **fiche accompagnement** au choix
- + des fiches recettes

MOIS 3

- 1 **rdv de suivi**
 - **Outil gestion du stress** :
1 méditation guidée de Pleine Conscience
- + des fiches recettes

MOIS 4

- 1 **rdv de suivi**
 - 1 **fiche accompagnement** au choix*
- + des fiches recettes

*Fiches accompagnement : l'impact du sucre sur la fertilité & comment gérer ses envies sucrées, les superaliments de la fertilité, yoga de la fertilité, les perturbateurs endocriniens, stress & fertilité + les outils pour réguler son stress, suivre son cycle grâce à la symptothermie

Paieement possible en 2 ou 3 fois. Programme ajustable si une grossesse a lieu au cours de l'accompagnement.
Les rendez-vous peuvent avoir lieu en présentiel (Rennes, Paris) ou en visioconférence.

Formule Cocooning

Accompagnement sur 4 mois :

4 rendez-vous + 1 rdv avec le.la conjoint.e + 2 massages ou relaxations guidées
+ méditation guidée + 4 fiches accompagnement + recettes + échanges WhatsApp
à 490€

MOIS 1

- 1 rdv bilan naturopathie (1H)
- 1 rdv conjoint.e (30 min)
- 1 massage bien-être (1H)
ou relaxation guidée
(sophrologie ou méditation)
- 1 fiche accompagnement

MOIS 2

- 1 rdv de suivi (40 min)
 - La gestion du stress en
PMA : comprendre
l'impact et des outils
pour être plus sereine
- + des fiches recettes

MOIS 3

- 1 rdv étape (30 min, en
visio)
 - 1 méditation guidée
 - 1 fiche accompagnement
au choix *
- + des fiches recettes

MOIS 4

- 1 rdv de suivi
- 1 massage bien-être ou
relaxation guidée
- 1 fiche accompagnement
au choix *

***Fiches accompagnement au choix :** le cycle menstruel et les saisons de la femme, l'impact du sucre sur la fertilité, les superaliments de la fertilité, yoga de la fertilité, les perturbateurs endocriniens, stress & fertilité + réguler son stress, suivre son cycle grâce à la symptothermie, le SOPK, l'alimentation anti-inflammatoire

Paiement possible en 3 fois. Programme ajustable si une grossesse a lieu au cours de l'accompagnement. Les rendez-vous peuvent avoir lieu en présentiel ou en visioconférence.

Marie TURPIN

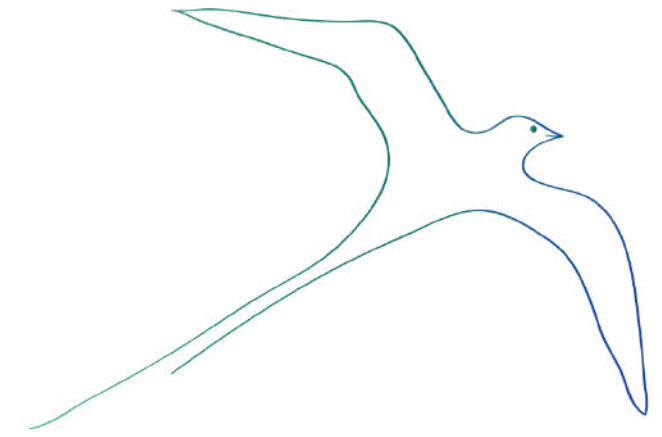
Naturopathe certifiée

Instructrice de Méditation de Pleine
Conscience (MBSR)
Praticienne en massages bien-être

Tél : 06.26.95.56.88
@ : marieturpin_@hotmail.com

www.marieturpin.com

IG : https://www.instagram.com/marieturpin_/



**Si vous souhaitez en discuter,
contactez-moi !**

