



Mon P'tit Mundou

By Mundoula

Voici une série de services qui peuvent vous aider à identifier vos besoins :

- Besoin d'un relai bras pour s'occuper de bébé
- Prendre soin de moi (douche, sieste, ...)
- Me confier, déposer mes émotions
- Rangement, ménage, entretien du linge
- Être accompagnée à un rendez vous
- Être soutenue et accompagnée dans mon nouveau rôle de maman (bain, allaitement, portage,...)
- Aide aux préparations de repas
- Aide aux courses
- Être accompagnée pour une promenade
- De réconfort, de soutien et d'encouragements

Ce coupon correspond à un accompagnement "Mundoula" à domicile

À l'occasion de la grossesse /naissance de :

J'ai besoin de :

J'estime avoir besoin de :

heures*

*40€/heure

Pour le pas suivant,
rendez vous ici:



Chaque grossesse est unique et précieuse !

Besoin d'un éclairage sur :

les empreintes de naissance, le sommeil du tout petit, la physiologie de la grossesse, de l'allaitement, du portage ou toutes autres demandes, je vous propose un temps d'échange en visio ou en présentiel.

J'ai des doutes ou des réponses floues à mes questions ?

J'estime avoir besoin de

heures*

*40€/heure

Pour le pas suivant,
rendez vous ici:



Massage femme et prénatal

Un temps de reconnexion à son corps et à son bébé, un moment de détente et d'apaisement. Un massage qui fait circuler les énergies et soulage certaines tensions.

Toutes les femmes sont bienvenues, enceintes ou non, à tous les stades de la grossesse.

Durée : 1h30, d'une valeur de 90€

Pour le pas suivant,
rendez vous ici:



Massage femme postnatal

Se reconnecter à un corps différent, à sa féminité.

Bien plus qu'un massage, c'est un toucher massage bien-être pour vous accompagner dans vos émotions.

Une rencontre de femme à femme pour vous...

Durée : 1h30, d'une valeur de 90€

Pour le pas suivant,
rendez vous ici:



Resserrage du bassin

Une resserrage tout en lenteur de la tête, des épaules, du bassin, des pieds, ... en temps pour refermer les fuites énergétiques, pour couper le mental et plonger dans le corps contenu.

Durée : 1h30, d'une valeur de 90€

Pour le pas suivant,
rendez vous ici:



Bain enveloppé relationnel

Un bain particulier qui offre un espace de parole au bébé pour accueillir les grandes émotions qu'il a vécu depuis sa conception. Nous nous mettons à son écoute. Un moment fort en émotions qui permet de mieux comprendre les empreintes de la grossesse et de la naissance. Jusqu'à 3-4 semaines après la naissance.

Durée : 1h30, d'une valeur de 90€

Pour le pas suivant,
rendez vous ici:



Portage bébé

Un moment partagé où l'on aborde les besoins et les postures physiologiques du bébé, les différents moyens de portage et les nouages les plus adaptés à votre quotidien.

Durée : 1h30, d'une valeur de 90€

Pour le pas suivant,
rendez vous ici:



Les diapasons thérapeutiques

Équilibrage les énergies, des émotions, protocole complet du dos, ondes cérébrales, et autres propositions en utilisant les vibrations des diapasons.

Les diapasons provoquent de la détente, des nettoyages énergétiques, peuvent soulager des douleurs et améliorer le processus de rétablissement.

Accessible à **TOUS** sans restriction!

Durée : 0h30, d'une valeur de 30€

Durée : 1h00, d'une valeur de 60€

Pour le pas suivant,
rendez vous ici:



Le toucher métamorphique

Se libérer des empreintes et des émotions négatives pour les transformer en émotions positives. Un moment immersif par des stimulations de zones où sont engrammées des mémoires anciennes...

Durée : 1h30, d'une valeur de 90€

Pour le pas suivant,
rendez vous ici:



MUNDOULA

Périnatalité & énergétique

Sandra MARTINEZ

06.78.43.72.23

s.mundoula@gmail.com



www.mundoula.fr