

Le métier d'Accompagnant-e Périnatal-e CeFAP® est une profession émergente en France.

Ce métier consiste à accompagner des couples (ou des femmes seules), durant toute la période périnatale : du désir d'enfant jusqu'à la vie avec bébé. De façon continue ou ponctuelle.

#### Des rencontres individuelles :

- Accompagnement Périnatal
- Sophrologie
- Massage pré-natal



#### Des temps partagés :

- Atelier des Familles (sur des thématiques en lien avec la périnatalité).
- Bulles de Paroles (dans un environnement plus intimiste pour évoquer des sujets difficiles comme le deuil périnatal ou la difficulté maternelle).
- Atelier Sophro' Ludique pour un instant bien-être et complice entre parent et enfant.

#### Des évènements :

- Pour parler de l'actualité, pour faire de la prévention, pour informer, ...
- Ciné-Débat, conférences, webinaires
  - Salons

Je me déplace à domicile dans toute la région libournaise et en Gironde.  
Je travaille en partenariat avec les acteurs du champ de la périnatalité.

### Véronique Grédé

Accompagnante Périnatale CeFAP®  
Sophrologue  
info@naissanceetpetitspas.com  
06 65 50 47 34

[www.naissanceetpetitspas.com](http://www.naissanceetpetitspas.com)  
[@NaissanceEtPetitsPas](https://www.instagram.com/naissanceetpetitspas)



Membre de l'Association professionnelle Francophone de l'Accompagnement Périnatal (AFAP)  
[www.afap-perinatalite.fr](http://www.afap-perinatalite.fr)



Certifiée par le Centre de Formation à l'Accompagnement Périnatal (CeFAP)  
[www.cefap-france.fr](http://www.cefap-france.fr)



## ACCOMPAGNEMENT PÉRINATAL

Soutien aux futurs et jeunes parents pendant la grossesse, au moment de la naissance puis au retour à la maison

Bien-être

Adoption

Allaitement

Naissance

Difficulté-maternelle

Grossesse

Bébé

Accouchement

Parentalité

Deuil

Fausse-couche

Enfant

Couple

La période périnatale est un temps de vie sensible pour les femmes et les hommes.

Vos besoins évoluent, vos émotions sont intenses, votre couple se transforme...

L'Accompagnant·e Périnatal·e CeFAP® vous écoute, fait émerger vos compétences, et soutient vos choix. Elle//Il permet une adaptation plus sereine à ces nombreux changements.

Pour que ce moment de vie vous appartienne pleinement, il est bon de se questionner, parler de ses inquiétudes, donner du sens aux événements et définir ses besoins afin de faire des choix éclairés.

Cela permet à chacun de trouver et prendre sa place, de père et de mère.

Un soutien neutre et bienveillant, hors de l'entourage familial et médical apporte une aide précieuse et complémentaire au suivi médical.

Je vous propose des temps d'échange, des outils concrets, de l'information et des moments de bien-être afin de vous permettre de vivre votre grossesse sereinement et de mieux appréhender votre accouchement.



Dans le flot émotionnel qu'entraîne l'arrivée d'un enfant, je crée du lien, j'apporte à la maman et au papa de l'aide, du réconfort et des explications avec empathie, respect et bienveillance.

Être accompagné, c'est aussi aller vers une augmentation de la confiance en soi et une amélioration des conditions de naissance. C'est favoriser la création du lien avec son enfant et préserver ses relations de couple. C'est également prévenir l'épuisement et la difficulté maternelle.

Chaque accompagnement est un cheminement unique, qui vous ressemble.

Un·e Accompagnant·e Périnatal·e CeFAP® soutient également les situations difficiles telles que le handicap, la prématurité, le deuil, les ivg, img, les fausses couches...

Des moments de détente peuvent être proposés. Ils sont bénéfiques aussi bien pour l'esprit que pour le corps :

- lâcher-prise, réduire le stress prendre du recul, retrouver sa confiance...
- atténuer inconforts et fatigue, mieux respirer, favoriser la sérénité...

Ce bien-être que s'offre la maman profite au bébé ainsi qu'au papa. Celui-ci peut apprendre à amener sa compagne dans cette détente, durant la grossesse et l'accouchement.

