

Les Mamans d'Accord, qu'est-ce que c'est ?

La mission de l'association est de soutenir les mamans d'enfants hospitalisés en les invitant à s'occuper d'elles et à créer du lien entre elles.

Grâce à des ateliers de bien-être et de beauté animés par une socio-esthéticienne, ces mamans s'accordent un temps de pause, dans une ambiance conviviale et bienveillante, et repartent, détendues, avec un visage ressourcé.

Pourquoi cet atelier ?



On apprend des astuces de pros, avec des gestes très simples.



On se fait belle, on retrouve notre féminité, en restant naturelle.



On se détend, on échange entre nous, on ne voit pas le temps passer.



On réalise qu'on en avait besoin et que cela fait du bien. On se sent considérées et respectées.



On va pouvoir le refaire chez soi grâce au carnet offert. On peut se retrouver, on revient quand on veut.

Les ateliers sont gratuits. Ils ont lieu à date fixe dans des structures à Paris et en région parisienne.



Informations

Où trouver les ateliers ?

Les ateliers ont lieu dans des structures à Paris et en région parisienne. Vous pouvez consulter la liste de ces structures sur le site internet de l'association.

Comment participer aux ateliers ?

Pour toute demande de renseignements, vous pouvez contacter l'association :

par téléphone : **06 09 56 83 28**

par mail : **contact@lesmamansdaccord.com**

Pour vous inscrire, vous devez impérativement déposer le bulletin ci-contre complété et signé auprès de la structure concernée dont vous trouverez les coordonnées ci-dessous.

En savoir plus ?

Rendez-vous sur le site internet de l'association
www.lesmamansdaccord.com



" Initiative à réitérer
pour rappeler aux mamans
qu'elles sont encore des femmes "

Régine

" Merci pour ces bons moments
de détente entre femmes avec une
professionnelle qui nous remonte
le moral "

Valérie

les  amans
d'accord

parce qu'une maman
d'enfant hospitalisé
est aussi une femme

Association Loi 1901

“Au commencement est la relation”

Martin Buber, philosophe

Quand l'enfant est touché par la maladie, la relation MAMAN ENFANT prend une forme nouvelle.

Dans cette nouvelle relation, le rôle de la maman est essentiel, en tant que 1^{er} partenaire de soins de l'enfant, son implication est nécessaire dans le cas de traitements de maladies graves et/ou chroniques.

Parfois, cette maman peut ressentir un besoin de **répit**, un besoin d'**être soutenue** à son tour pour soutenir son enfant.

C'est ce que propose l'association **LES MAMANS D'ACCORD.**

“ L'important, écrit une maman, ce serait de ne pas être seules”

Les ateliers ... en 5 étapes



Ces ateliers de 2 heures sont gratuits et animés par une professionnelle de la beauté et de la relation de soutien : la socio-esthéticienne.



Son rôle consiste à avoir une vigilance de tous les instants pour faire participer chacune et toutes à la fois dans le respect et l'éthique de la démarche d'estime de soi.

Elle guide en montrant les techniques d'esthétique et en les faisant reproduire par les mamans.

Le but est de retrouver envie de le refaire après l'atelier avec les basiques que l'on a chez soi.

Bien-être & Beauté

1. LES MODELAGES DU VISAGE

On découvre la disposition des muscles du visage et on « se papouille » dans le bon sens des muscles en s'aidant du miroir; on découvre le plaisir des textures dans les mains; on apprend à effleurer avec les doigts pliés et dépliés.....

2. L'HYDRATATION

Comment prendre soin de son visage et savoir s'il est hydraté; quelle est la différence entre une peau déshydratée et une peau sèche; trouver la solution pour y remédier rapidement ..

3. LES COULEURS

On apprend à définir avec des tissus la saison d'une couleur, chaude ou froide: on découvre un univers riche et ludique.

4. LE MAQUILLAGE

Une chronologie qui prend tout son sens avec simplicité et facilité: "J'applique, je fixe, je fais ressortir, je structure les reliefs, j'éclaire certaines zones..."

Je me donne bonne mine sans faire de jogging !

5. LE PARFUM

Comment me parfumer, choisir la fragrance, la concentration, les moments de la journée, les endroits du corps.....

Dans un esprit de qualité et d'éthique, les produits cosmétiques utilisés au cours de l'atelier sont des produits naturels et/ou pharmaceutiques. Ils sont ludiques, faciles à appliquer, simples et basiques.



Fiche d'inscription

Nom

Prénom

Adresse

.....

Téléphone

Mail

Choix des ateliers

Pour connaître les dates et lieux des ateliers, veuillez consulter la liste sur le site : www.lesmamansdaccord.com

Lieu :

Jour/ Date :

Lieu :

Jour/ Date :

Lieu :

Jour/ Date :

Lieu :

Jour/ Date :

Vous pouvez vous inscrire à différents ateliers.

Signature :

Pour valider votre(vos) inscription(s), vous devez impérativement déposer ce bulletin complété et signé auprès de la structure concernée, dont vous trouverez les coordonnées au dos de ce dépliant.