

Et si *ensemble*
on soutenait les mamans ?



DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES ET ACCESSIBLES

Mama FLEX & STRONG



Renfo et mobilité adapté
à la femme enceinte et en
post-partum présence des
enfants jusqu'à 5 ans

Mama FLOW DANCE ZUMBA GOLD®

deux cours pour danser
avec bébé en portage ou
dans le ventre de maman



Family FIT & FUN



Des cours cardio / renfo
en famille avec enfant à
partir de 6 ans

DES ATELIERS POUR PRENDRE SOIN DES MAMANS ET SOUTENIR LA PARENTALITÉ



PRÉPARER SON
POST-PARTUM
l'importance du mois d'or



MAMAN,
COMMENT TU VAS,
VRAIMENT ?



TRAVERSER LA
MATRESCENCE



ACCUEILLIR
MES EMOTIONS
pour mieux accueillir
celles de mon enfant



LE DESIGN HUMAIN



J'ARRÊTE DE CRIER

Qui suis-je ?

Je suis Leah, coach au service des mamans, j'ai réuni mes formations en sport, petite enfance, maternité, coaching et bien-être pour proposer un accompagnement global des femmes dans leur maternité.

Moi-même maman de deux jeunes enfants, je connais aussi la réalité d'un quotidien intense, ses joies, ses doutes et remises en question.

Mon objectif : contribuer à prévenir l'isolement et l'épuisement maternel, tout en permettant aux mamans de prendre soin d'elles, de leur corps et de leur équilibre.

**Je propose une approche humaine, et bienveillante
au plus proche de la réalité des mamans.**

Pourquoi Collaborer ?

AGIR POUR LES MAMANS C'EST AGIR POUR DEMAIN

**ENRICHIR
VOTRE OFFRE**

**CONTRIBUER
A UN ENJEU
D'INTERÊT GENERAL**

**ANIMER
VOTRE STRUCTURE**

Comment Collaborer ?

*Vous avez un espace, un public ou un besoin ?
Construisons une intervention adaptée à votre structure*

**ATELIER PONCTUEL
EVENEMENT**

**CYCLE D'ATELIERS
PROJET SUR MESURE**

Et si on échangeait ?



07.70.07.60.18



leahnayeli@contact.fr

Découvrez mon
catalogue
professionnel

