

Vie quotidienne & Ecologie

Maman organisée

Emmanuel Hamet **BB00141**

Vous êtes maman. C'est sur votre disponibilité, votre enthousiasme, votre sens de l'organisation, votre envie de faire du « shopping » (pack d'eau, lait, beurre, papier toilette, etc) que tout le reste de la famille compte ! C'est bien connu : les enfants comptent sur leurs mères, les hommes sur leurs femmes et les femmes... sur elles-mêmes ! Alors pour ne plus jamais être débordée, on s'organise ! Une fois que vous y aurez goûté, vous ne pourrez plus vous en passer ! Vous trouverez ici tous les petits trucs et astuces pour la vie de tous les jours : la danse du trier-jeter, comment « éviter » le ménage de printemps, la base de ce qu'il faut dans ses placards, des jeux de menus, les listes indispensables, le cahier famille, les défis rangement pour les enfants, comment bien gérer sa rentrée des classes... « Et ça Marche » !

Trucs et astuces de magic maman

BB00154

Les 220 meilleures astuces de maman

Supermaman le guide **BB00155**

Bébé 100 % bio *Susannah*

Marriott **BB00156**

Des solutions pratiques pour s'occuper de son bébé, l'éveiller, prendre soin de lui, jouer et vivre avec lui de façon écologique. Un livre bourré de conseils futés, et économiques, qui vous aidera à adopter les bons gestes pour votre bébé et pour la planète : modes de déplacement, alimentation, vêtements, jouets, produits de soin, couches, massages, bien-être. Pour un mode de vie simple, sain et 100 % écolo !

Qui aime bien vaccine peu **BB00145**

Sans remettre en cause l'efficacité des vaccins, cet ouvrage pose la question de leur multiplication dans des populations en bonne santé.

Peut-on sans risque obliger le fragile organisme du nouveau-né à s'immuniser contre cinq ou six maladies ? Et lui faire subir avant 2 ans une quarantaine d'inoculations, accompagnées de leurs additifs et de leurs impuretés ?

Vaut-il la peine de protéger les enfants contre des maladies bénignes ou improbables ?

Est-il sans danger d'intervenir dans leurs défenses naturelles ?

Ces vaccinations massives et précoces n'ont-elles pas leur part dans l'inquiétante

augmentation d'autres maladies chez l'enfant ?

Se basant sur une longue pratique quotidienne, les auteurs affirment qu'il est possible de vacciner moins massivement et de manière plus nuancée, en tenant compte de chaque situation, pour pouvoir faire un choix adapté à ses données personnelles. Nouvelle édition actualisée et mise à jour, incluant le vaccin contre le papillomavirus.

Le cycle féminin

Maïtie Trélaün

Le cycle menstruel anime la femme de sa puberté à la ménopause, donc pendant près de 40 années de sa vie. Il est l'expression de sa relation à ce qui vit en elle, à sa nature profonde et essentielle (car en lien avec son Essence). Son évolution au fil du temps dessine les variations de cette relation. La nature cyclique est puissante et influence fortement le quotidien. Ce livre vous fera prendre conscience de votre cycle de femme, dont l'observation et la compréhension deviendront vite un formidable repère et outil dans votre vie. Écouter votre cycle vous donnera la possibilité d'habiter votre corps, de vous respecter, de vous accueillir telle que vous êtes, de libérer votre créativité et donc ce qui pétillie en vous et enfin de percevoir et d'utiliser la « bonne » énergie au « bon » moment. En intégrant les énergies de votre cycle à votre quotidien, vous apprendrez à vous ouvrir à la vie, à accueillir votre vulnérabilité, à déployer votre puissance et à donner un véritable sens au fait d'être Femme. « Sentez dans votre corps le bonheur d'être femme ! » Maïtie Trélaün

Maïtie Trélaün exerce le métier de sage-femme à domicile, métier qu'elle considère comme une vocation. Sa passion pour le mouvement l'accompagne dans les dédales passionnants du cycle de la femme. Coach, conférencière, formatrice et auteur, elle développe une approche originale qui fait du cycle un véritable outil d'évolution personnelle et de réalisation. Ses stages se déroulent tant en Europe qu'outre-Atlantique.

Les couches lavables

Les couches lavables, ça change

Christelle Beneytout **BB00144**

Vous cherchez une alternative aux changes jetables car vous n'êtes pas certains qu'ils soient bons ni pour votre enfant, ni pour la planète ? Vous vous posez des questions : en quoi les couches lavables sont-elles écologiques, économiques, pratiques ? Vous vous demandez comment bien choisir et comment entretenir les couches lavables d'aujourd'hui...

Christelle Beneytout, qui promeut les couches lavables au sein d'une association de parents, vous fait partager son expérience et prodigue

conseils et astuces pour commencer à utiliser les couches lavables en toute sérénité !

Pour aller plus loin : conseils et patron pour confectionner les couches lavables de vos enfants.

Les couches lavables, le

retour *Marianne*

Markmann **BB00149**

Les couches lavables **BB00147**

Édition Grandir autrement

À l'heure où le marché des couches lavables explose en France, où de plus en plus de crèches et de collectivités territoriales s'y intéressent, il nous est apparu urgent de réaliser enfin un Guide des couches lavables (et autres alternatives aux jetables), afin d'aider parents et professionnels de la petite enfance dans leurs questionnements et leurs premiers pas avec les couches lavables. Les parents utilisant déjà des changes durables pour leurs enfants y puiseront eux aussi de nombreuses informations utiles, notre guide se voulant un ouvrage exhaustif sur la question.

Sans couches, c'est la liberté

Ingrid Bauer **BB00148**

Ingrid Bauer écrit et fait régulièrement des conférences sur les thèmes du parentage, de la santé, de la vie au naturel et de la Communication Non-Violente. « Sans couches, c'est la liberté ! » est son premier livre. Ingrid a fait des études littéraires, mais pour elle, sa réelle formation vient de la vraie vie : les voyages à travers le monde, la naissance et l'accompagnement de ses enfants, la vie dans la nature, l'écriture, les relations nourrissantes avec les autres, et elle s'efforce de vivre chaque instant pleinement. Elle vit avec son compagnon et ses enfants sur une île de la côte ouest de la Colombie Britannique, au Canada.

Comment garder votre bébé propre, sec et heureux sans lui mettre de couches ?

Durant la majeure partie de l'histoire de

l'humanité, les parents ont pris soin de leurs bébés sans leur mettre de couches, tout en les gardant propres ! Dans beaucoup de

cultures à travers le monde, les mères savent encore écouter leurs enfants afin de les garder propres et satisfaits. Votre bébé aussi peut profiter du confort de cette approche naturelle. Ce livre vous guidera pour répondre aux besoins d'élimination de votre bébé d'une façon reconnue, efficace, sans danger et surtout pleine d'amour !

Vous découvrirez comment :

° comprendre et répondre aux besoins

d'élimination de votre bébé dès ses premières semaines.

° faire tomber les mythes de "l'âge requis pour la propreté".

° utiliser les "quatre outils menant à la

Libération (des couches !)".

- ° éviter les conflits au moment du change, les érythèmes fessiers, et les problèmes liés à l'apprentissage classique de la propreté.
- ° dissiper les inquiétudes concernant les nuits, l'habillement, les sorties, les "accidents", l'utilisation de couches, les familles nombreuses, les autres personnes s'occupant de votre bébé et plus encore...
- ° économiser des centaines, voir des milliers d'Euros.