



Le coaching en préconception une solution naturelle pour améliorer sa fertilité

Chaque année, le nombre de naissances baisse en France

Au niveau mondial, c'est la fertilité des femmes aussi bien que celle des hommes qui diminue.

Les raisons en sont multiples : femmes qui conçoivent leur bébé de plus en plus tard, stress, pollution, mauvaise hygiène de vie, problème de poids, alimentation inadaptée.

Parmi les solutions proposées pour remédier à ce phénomène, le coaching en préconception est une alternative naturelle et souvent efficace dans le cas où une intervention médicale n'est pas nécessaire.



MyBuBelly, le spécialiste du coaching en préconception

Née de l'expérience des futures mamans ayant ressenti le besoin de choisir naturellement le sexe de leur bébé, MyBuBelly est aussi une application qui leur permet d'être accompagnées durant la période de conception. Dès le début de l'aventure MyBuBelly, de nombreuses femmes ont rejoint le programme pour un accompagnement spécifique sur la fertilité.

Ce coaching personnalisé est complémentaire aux soins prodigués par les gynécologues. La méthode a déjà fonctionné sur de nombreuses mamans et l'application MyBuBelly a permis à des centaines de femmes en France de concevoir leur bébé plus rapidement. Cela, grâce à un programme sur mesure dans lequel l'humain joue le rôle principal.

Un suivi personnalisé élaboré par un comité d'experts médicaux

Le coaching MyBuBelly est avant tout basé sur de l'humain.

Chaque abonnée est accompagnée durant tout le programme par sa coach Eve. Elle symbolise une maman ayant réussi la méthode et voulant partager son expérience. Derrière chaque « Eve », une coach de vie qui guide, informe et soutient au quotidien la future maman, répondant à ses besoins et à ses demandes (par téléphone, par mail, via le chat online de l'application).



Eve est aidée par un comité d'experts et des professionnels de santé.

Ils ont participé à l'élaboration du programme et donnent des recommandations dans différents domaines (nutrition, cycle, bien-être, sexualité, naturopathie, psychologie...).



Le support de la méthode est une application complète.

Elle permet de suivre son programme diététique, son cycle mais aussi de retrouver des centaines de conseils bien-être, gynécologiques, nutritionnels et même sportifs.

Les experts

En parallèle, une box est envoyée à la future maman.

Elle contient des compléments alimentaires qui améliorent la fertilité et la libido (spécifiques à la méthode et fabriqués en France) ainsi que des tests d'ovulation.

L'APPLI



La méthode se suit sous la forme d'un abonnement mensuel sans engagement.

La box



Un programme complet qui s'adapte à tous les profils

Le programme s'adapte à tous les profils, quelles que soient les habitudes ou les contraintes alimentaires mais aussi le profil physiologique :

Le poids, l'âge, en cas de cycles irréguliers ou de non-retour des règles, si l'on souffre d'endométriose ou de syndrome OPK, si l'on vient de subir une fausse couche ou encore si l'on a besoin d'une stimulation ovarienne.

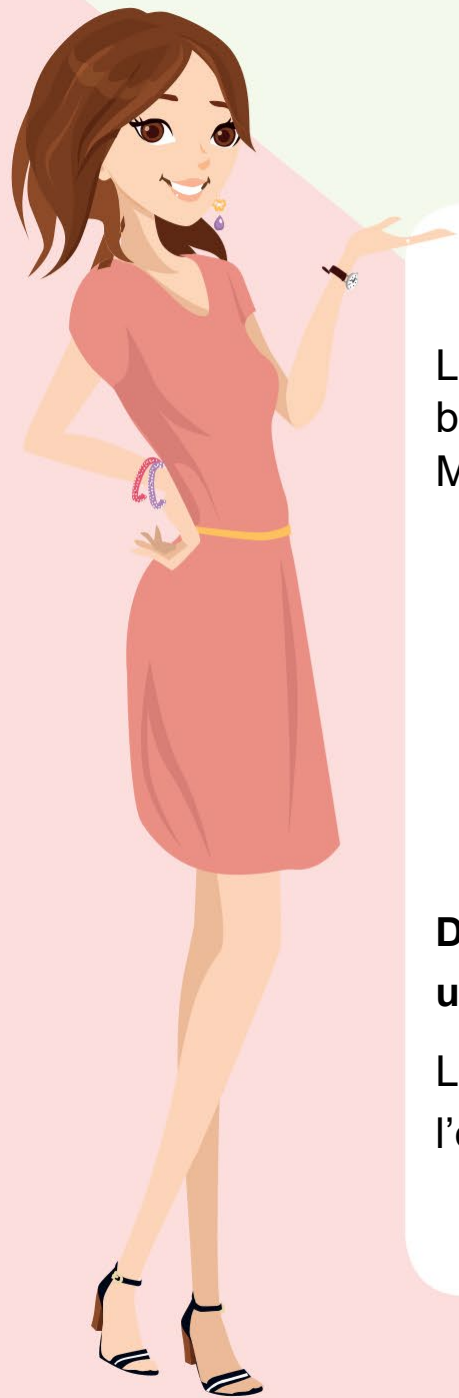
Chaque profil est étudié avec soin et le programme s'adapte aux besoins spécifiques de la future maman.

Le coaching personnalisé se fait au quotidien dans différentes spécialités, optimisant ainsi les chances d'améliorer sa fertilité. L'équipe d'experts de MyBuBelly permet aux futures mamans de lever les nombreux blocages qu'elle peut rencontrer, qu'ils soient psychologiques ou liés au mode de vie.

Les futurs papas quant à eux ne sont pas oubliés.

Avec des conseils spécialement étudiés pour eux (notamment pour le bien-être et la fertilité), ainsi que des compléments alimentaires qui seront disponibles prochainement.





Une méthode en plein essor

Le programme MyBuBelly Fertility a été perfectionné durant des mois au gré des besoins des futures mamans qui l'ont suivi. Les résultats sont excellents et font de MyBuBelly la référence du coaching naturel permettant d'améliorer sa fertilité.

« Tout le long du programme, nous allons apprendre à mieux connaître la future maman et lui permettre de mieux se connaître elle-même »

affirme Sandra IFRAH, la fondatrice de MyBuBelly.

D'ailleurs forte de cette dynamique, l'équipe de MyBuBelly prépare actuellement une application spécifique pour la fertilité qui devrait voir le jour début 2020.

Le coaching MyBuBelly est disponible en anglais et l'on retrouve des abonnées dans le monde entier.



LE PROGRAMME MYBUBELLY FERTILITY

- ➡ **SUIVRE SON CYCLE AVEC DES CONSEILS ADAPTÉS À SON PROFIL**
OPK, endométriose, non-retour des règles, cycles irréguliers, fausse couche...
- ➡ **ÉQUILIBRER SON ALIMENTATION, FAIRE LE PLEIN DE MICRONUTRIMENTS BOOSTER DE FERTILITÉ ET GÉRER SON POIDS**
En fonction de ses besoins ou contraintes alimentaires.
- ➡ **GÉRER SON STRESS ET AMÉLIORER SON HYGIÈNE DE VIE**
Avec les vidéos de notre sophrologue et de notre psychologue, les conseils de nos sexologues, naturopathes et de nos nutritionnistes.
- ➡ **PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE ET ADAPTÉE**
Grâce aux exercices donnés par notre coach sportif, dont certains en vidéo.
- ➡ **SUIVRE SI BESOIN UN PROTOCOLE DE NATUROPATHIE OU DE PHYTOTHÉRAPIE**
- ➡ **PRENDRE DES COMPLEMENTS ALIMENTAIRES INDISPENSABLES EN PERIODE D'ESSAIS BÉBÉ** Acide folique, vitamine B6, vitamine B12, sélénium, zinc, maca, fer...

Le programme fertilité se déroule en complément des soins prodigués par le gynécologue. C'est un travail d'équipe qui permet à la future maman d'être suivie avec plus d'efficacité. Elle sera complètement soutenue sur le chemin pour devenir maman. Bien sûr, ce coaching naturel n'est possible que si le gynécologue n'a décelé aucun trouble majeur.



En savoir plus sur MybuBelly
www.mybubelly.com

Contact Presse

Sandra Ifrah

Fondatrice de MyBuBelly

Tel : 06 08 74 08 66

E-mail : sandra@mybubelly.com
