

Atelier Future maman

Accompagnement à la maternité par la Sophrologie

Je vous propose un accompagnement personnalisé dans l'intention de vous soutenir et stimuler toutes les potentialités de votre Être :

- > pour avancer dans votre projet de futur maman,
 - > vous préparer mentalement aux différentes étapes de votre grossesse,
 - > découvrir les techniques vous permettant de canaliser vos émotions, transformer les moments d'attente, vous projetez positivement,
- et cultiver l'optimisme et la force qui est en vous.

En pratiquant en groupe, vous aurez aussi la possibilité de rencontrer et d'échanger avec d'autres futurs mamans et avancer ensemble.

*Atelier collectif de 1h15.
Coût : 20 €*

*Restant à votre écoute, vous pouvez me joindre au
06 15 23 01 81 ou **06 51 28 40 64** pour tout
renseignement et inscription.*

Ca.P

Carole Ponthieu
Sophrologue
Praticienne
en atelier
d'expression
c r é a t i v e

