



La **SOPHROLOGIE HOLISTIQUE**
un formidable outil

pour **Bien vivre Votre MATERNITÉ**,

et

créer les conditions optimales pour que ce soit
pour vous et pour bébé

une merveilleuse expérience !

Séances collectives ou individuelles

Possibilité de séances à domicile

en complément des rendez-vous
indispensables auprès de votre sage-femme

Muriel EYMONERIE : 06.95.57.77.22

Sophrologue Holistique
Certifiée au centre SOHO de Mulhouse

Adhérente de la chambre syndicale de sophrologie



La **SOPHROLOGIE HOLISTIQUE**
un formidable outil

pour **Bien vivre Votre MATERNITÉ**,

et

créer les conditions optimales pour que ce soit
pour vous et pour bébé

une merveilleuse expérience !

Séances collectives ou individuelles

Possibilité de séances à domicile

en complément des rendez-vous
indispensables auprès de votre sage-femme

Muriel EYMONERIE : 06.95.57.77.22

Sophrologue Holistique
Certifiée au centre SOHO de Mulhouse

Adhérente de la chambre syndicale de sophrologie



La **SOPHROLOGIE HOLISTIQUE**
un formidable outil

pour **Bien vivre Votre MATERNITÉ**,

et

créer les conditions optimales pour que ce soit
pour vous et pour bébé

une merveilleuse expérience !

Séances collectives ou individuelles

Possibilité de séances à domicile

en complément des rendez-vous
indispensables auprès de votre sage-femme

Muriel EYMONERIE : 06.95.57.77.22

Sophrologue Holistique
Certifiée au centre SOHO de Mulhouse

Adhérente de la chambre syndicale de sophrologie

Accompagnement de la femme enceinte, de la maman et de l'enfant

Etre à l'écoute de ce petit être qui grandit
en vous et lui offrir un véritable passeport
pour le bonheur

*du début de la grossesse
jusqu'après l'accouchement*

Objectifs :

- Bien vivre votre grossesse en toute conscience, avec des sensations et des émotions agréables.
- Mieux dormir et être plus sereine, plus détendue
- Accepter votre nouveau schéma corporel
- Apprendre à mieux gérer la douleur
- Communiquer à votre bébé, l'amour, la confiance, la joie et tout le positif de la vie ...
- Lui offrir le calme et la sérénité dont il a tant besoin pour se construire
- Visualiser votre grossesse, votre accouchement et votre retour à la maison de manière positive ...

Comment ?

À l'aide

- De respirations, d'exercices doux pratiqués en conscience
 - De beaucoup de visualisations positives
 - De séances de communication avec le bébé
 - Et autres techniques novatrices encore
- Précédés d'un temps de partage mère-père-sophrologue.



Ne pas jeter sur la voie publique

Alors, il est temps de naître en toute confiance !

Accompagnement de la femme enceinte, de la maman et de l'enfant

Etre à l'écoute de ce petit être qui grandit
en vous et lui offrir un véritable passeport
pour le bonheur !

*du début de la grossesse
jusqu'après l'accouchement*

Objectifs :

- Bien vivre votre grossesse en toute conscience, avec des sensations et des émotions agréables.
- Mieux dormir et être plus sereine, plus détendue
- Accepter votre nouveau schéma corporel
- Apprendre à mieux gérer la douleur
- Communiquer à votre bébé, l'amour, la confiance, la joie et tout le positif de la vie ...
- Lui offrir le calme et la sérénité dont il a tant besoin pour se construire
- Visualiser votre grossesse, votre accouchement et votre retour à la maison de manière positive ...

Comment ?

À l'aide

- De respirations, d'exercices doux pratiqués en conscience
 - De beaucoup de visualisations positives
 - De séances de communication avec le bébé
 - Et autres techniques novatrices encore
- Précédés d'un temps de partage mère-père-sophrologue.



Ne pas jeter sur la voie publique

Alors, il est temps de naître en toute confiance !

Accompagnement de la femme enceinte, de la maman et de l'enfant

Etre à l'écoute de ce petit être qui grandit
en vous et lui offrir un véritable passeport
pour le bonheur !

*du début de la grossesse
jusqu'après l'accouchement*

Objectifs :

- Bien vivre votre grossesse en toute conscience, avec des sensations et des émotions agréables.
- Mieux dormir et être plus sereine, plus détendue
- Accepter votre nouveau schéma corporel
- Apprendre à mieux gérer la douleur
- Communiquer à votre bébé, l'amour, la confiance, la joie et tout le positif de la vie ...
- Lui offrir le calme et la sérénité dont il a tant besoin pour se construire
- Visualiser votre grossesse, votre accouchement et votre retour à la maison de manière positive ...

Comment ?

À l'aide

- De respirations, d'exercices doux pratiqués en conscience
 - De beaucoup de visualisations positives
 - De séances de communication avec le bébé
 - Et autres techniques novatrices encore
- Précédés d'un temps de partage mère-père-sophrologue.



Ne pas jeter sur la voie publique

Alors, il est temps de naître en toute confiance !