



ATELIERS D'INFORMATION ET DE PRÉPARATION

Au 3ème trimestre,
à la naissance et au postnatal

Parce que se préparer à la naissance ne se résume pas à un seul jour.

Pour soutenir les changements physiques, physiologiques, émotionnels et identitaires

Pour comprendre le rôle de chacun

& dessiner sa vision pour optimiser son expérience

Trois ateliers à destination des femmes enceintes et de leur partenaire



Le 3ème trimestre
Prélude à la naissance
&
Utilisation des tissus pour
soulager les tensions

JE 22/10
DE 17H À 20H



Les étapes de la naissance
&
Réalisation
d'un Mala de naissance

JE 29/10
DE 17H À 20H



Postnatal optimal
&
Astuces pour soutenir la
récupération du corps

JE 12/11
DE 17H À 20H

INFOS ET INSCRIPTION :
www.oya-mama.be

