

LES CERCLES DES PLEINES LUNES

Ateliers intégratifs pour Futures Mamans

animés en duo par :

Kenza BELGHITI et **Laetitia RUSTENMEYER**



Les Cercles des Pleines Lunes sont des cercles pour femmes enceintes qui invitent à porter un nouveau regard sur la naissance et l'accouchement et à se réapproprier ce moment si précieux dans la vie d'une femme.

Sous forme d'ateliers et autour de trois rendez-vous, ces cercles permettent aux futures mamans d'exprimer leurs émotions et sensations, de partager avec d'autres femmes leurs doutes et questionnements, d'accueillir leurs peurs et les transformer afin de reprendre confiance en leur capacité à enfanter et à être mère.

A travers les partages, les apports théoriques et médicaux, la pratique de l'hypnose éricksonnienne spécifiquement orientée pour femmes enceintes, l'utilisation d'outils d'art-thérapie, tel que la peinture, le collage et l'écriture intuitive, le visionnage de films et les témoignages d'autres mamans, ces rencontres facilitent l'accès aux ressources intérieures de la future maman pour qu'elle puisse vivre une maternité en conscience, être à l'écoute de ses besoins et de ceux de son bébé et faire des choix éclairés.

En se reconnectant à sa sagesse profonde, à sa puissance créatrice, à son corps façonné pour donner la vie, c'est une conscience nouvelle qui s'éveille permettant à la femme d'honorer son statut de mère et de femme donneuse de vie et d'accueillir avec sacralité le nouveau-né dans son humanité.

« Ils font naître l'enfant de chair, toi tu fais naître l'enfant de lumière, si tu l'accouches, c'est lui qui te fera naître » Bernard Montaud.

Ateliers

1 - Un autre regard sur la naissance et l'accouchement

- Partager ses émotions, questionnements et croyances liés à la maternité
- Appréhender différemment la physiologie de l'accouchement
- Renouer avec son instinct de femme et sa puissance créatrice

**Mercredi 14 Mai de 09h30 à 12H30*
de 18h30 à 21h30****

2 - S'éveiller à son intuition de mère

- Renforcer le lien in-utéro avec son bébé
- Être à l'écoute de ses besoins et de ceux de son bébé
- Accueillir ses peurs et les transformer

**Mercredi 28 Mai de 09h30 à 12H30*
de 18h30 à 21h30****

3 - La Rencontre : De l'Imaginaire au Réel

- Visualiser son accouchement et se le réapproprier
- Accueillir le nouveau né dans sa dimension charnelle et spirituelle
- Honorer la femme, la mère, donneuse de vie

**Mercredi 18 Juin de 09h30 à 12H30*
de 18h30 à 21h30****

* Atelier du jour / ** Atelier du soir

Kenza BELGHITI : Maman de trois enfants, coach et praticienne en relation d'aide, kenza intègre dans sa pratique diverses approches thérapeutiques et énergétiques, parmi lesquelles l'HypnoRésonance, HypnoNatal, la Chakra Art-Thérapie ECC, les Constellations Familiales et les Approches Chamaniques au son du tambour. Elle est Fondatrice du Cabinet Les Chemins de l'Eveil, au sein duquel elle accompagne les adultes et les groupes pour meilleure connaissance de soi ainsi que les futures mamans à travers l'approche Eveil par la Maternité Consciente.

Laetitia RUSTENMEYER : Sage-Femme Française diplômée d'état de l'Université de Nice, passionnée par le monde de la Naissance et le Miracle de la vie. Milite pour une maternité et un accouchement respectés, et pour le Bien-Être (Naître) des mamans et des nouveaux-nés. Formée à diverses approches thérapeutiques physiologiques autour de la Naissance lui ont permis de mettre en place une méthode propre d'Accompagnement et de Préparation à la Naissance et à la Parentalité.

D'une durée de trois heures, chaque atelier propose une thématique différente qui s'inscrit dans une évolution graduelle. Conçus autour de trois rendez-vous, ils permettent ainsi à la future maman de reprendre progressivement confiance en elle et d'aborder sereine cette nouvelle étape dans sa vie de femme. De ce fait, il est essentiel que l'engagement au sein de ces cercles soit sur les 3 ateliers consécutifs.

Tarif : 500 dhs par Atelier (chaque cercle est composé de 10 femmes maximum)
Lieu : Cabinet Les Chemins de l'Eveil - 10 rue Abbas Ibnou Fernas Oasis Casablanca

Contact et Inscription :

Kenza BELGHITI
Tel : 00212 661101488
Mail : belghitikenza@gmail.com
Web : www.lescheminsdeveil.com

Laetitia RUSTENMEYER
Tel : 00212 615 947 821
Mail : pncasa@hotmail.fr
Web : www.pncasa.com