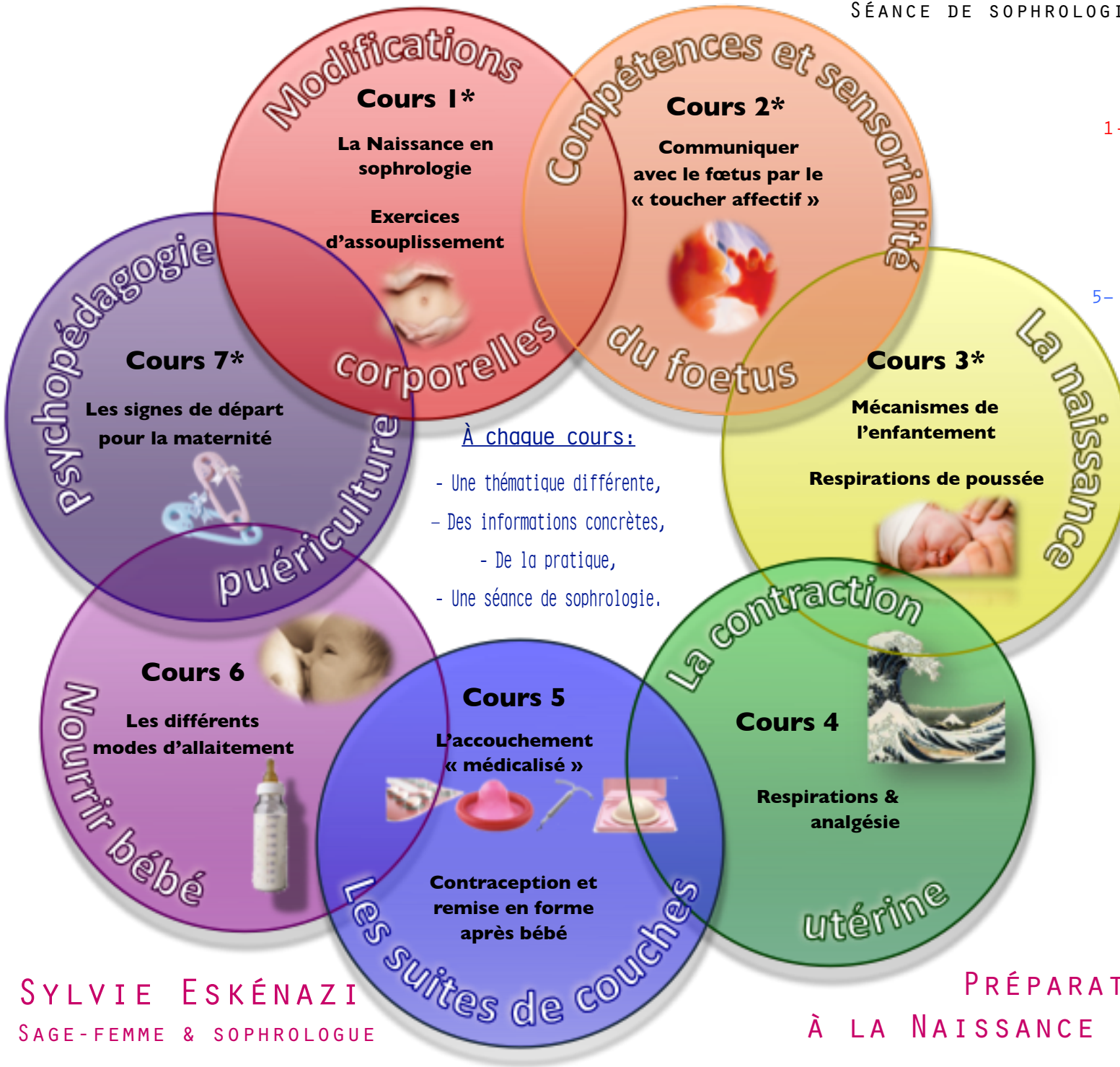


SÉANCE DE SOPHROLOGIE DE 45 MINUTES À CHAQUE COURS

\*présence de l'accompagnant.e fortement recommandée

\*\*présence de l'accompagnant.e indispensable



À chaque cours:

- Une thématique différente,
- Des informations concrètes,
  - De la pratique,
- Une séance de sophrologie.

- 1- ÊTRE PARENT D'UN ENFANT DÉJÀ GRAND\*
- 2- LE BÉBÉ À LA MAISON\*
- 3- LA RENCONTRE AVEC LE BÉBÉ\*
- 4- VIVRE LA CONTRACTION UTÉRINE
- 5- VISUALISATION PENDANT LA CONTRACTION
- 6- TOUT L'ACCOUCHEMENT
- 7- LE DÉPART POUR LA MATERNITÉ\*
- 8- L'ATTENTE SEREINE\*\*

SYLVIE ESKÉNAZI  
SAGE-FEMME & SOPHROLOGUE

PRÉPARATION GLOBALE  
À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ