



DU LIEN POUR ÊTRE BIEN !

Samedi 12 octobre
St Julien Molin-Molette

TU JOUES ACCUEILLE CLAIRE SOUCHE*
ET PROPOSE **2 ATELIERS GRATUITS**

* éducatrice spécialisée
et accompagnatrice en périnatalité

PORTAGE EN ÉCHARPE

10h à 12h - Ludothèque 8 Rue Vielle St Julien MM

Découvrez le plaisir de porter votre bébé, en toute sécurité ! En écharpe ou en porte-bébé, venez apprendre à porter votre enfant, dans le respect de la physiologie, pour des moments de partage et de complicité. En une séance apprenez à porter votre bébé de manière physiologique et adaptée au mieux à vos besoins et à ceux de votre enfant afin de lui faire découvrir le monde, favoriser l'endormissement et la digestion, créer du lien et vous déplacer facilement.

**Atelier ouvert aux personnes enceintes
et aux parents accompagné-es par leur bébé jusqu'à 4 mois.**

Si votre bébé a plus de 4 mois, parlez-en lors de l'inscription.

CHANT PRÉNATAL (Pas besoin de savoir chanter !)

14h à 16h - Salle de La Passerelle

Pendant votre grossesse, venez prendre un temps de calme et d'intériorisation par le biais du son, du bercement, de la vibration et du chant. C'est une invitation à vous préparer à accueillir les contractions et favoriser l'ouverture de votre corps pour le temps de la naissance. Les ateliers de chant prénatal conjuguent postures physiologiques et postures de bien-être avec le son, la vibration et le chant pour découvrir son corps différemment.

Atelier ouvert aux personnes enceintes ou en projet de grossesse.

Prévoir une tenue confortable. Si vous avez un tapis de yoga et un plaid sous la main, venez avec !

Ateliers sur inscription avant le 10 Octobre
au **06 82 73 71 08** ou **clairesouche@hotmail.fr**