

## INFOS-INSCRIPTION

### Femmes enceintes et couples

Venez découvrir et pratiquer le yoga maternité le samedi après-midi, la journée, ou tout le week-end si vous le désirez, comme un espace de partage et de préparation à la naissance et au postnatal.

Nous accueillons cette année en visioconférence Isabelle Chalut en février et Ingrid Bayot au stage d'été. Toutes les informations sur notre site <https://www.yoga-energie.fr>

### EYE

#### Inscription

Directement depuis le site

#### Renseignement

Portable : 06 36 17 97 56

[secretariatyogagestion@gmail.com](mailto:secretariatyogagestion@gmail.com)

#### Sites internet

[www.yoga-energie.fr](http://www.yoga-energie.fr)

#### Direction pédagogique

Christine Haristoy

[chris.ha@orange.fr](mailto:chris.ha@orange.fr)

Mobile : 06 50 75 92 53

**Pour toute question concernant l'enseignement contacter Christine**

## DATES 2021-2022

02-03 octobre 2021

20-21 novembre 2021 (WE postnatal)

04-05 décembre 2021

12-13 février 2022

19-20 mars 2022

23-24 avril 2022

### LIEU

Éthic Étape Côté Lac

531 AVENUE DE NEUVECELLE 74500 ÉVIAN

Tél : 04.50.75.35.87

Pour la réservation de chambre individuelle veuillez contacter Éthic Étape Côté Lac

### TARIFS

#### 1/2 journée

Femme enceinte : 50 €

Couple : 70 €

#### Journée

Femme enceinte : 98 €

Couple : 148 €

#### week-end

Femme enceinte : 195 €

Couple : 296 €

### HÉBERGEMENT

Les repas sont compris dans l'hébergement

Prix par personne

Chambre multiple arrivée

le samedi matin : 71.65€

le vendredi soir : 101.90€

Possibilité de chambre individuelle contacter le centre

### STAGE D'ÉTÉ

27 juin au 02 juillet 2022

VOIR LE SITE



## YOGA MATERNITÉ

FEMMES ENCEINTES  
ET COUPLES



## LES ENSEIGNANTES

### Christine Haristoy

A la naissance de notre quatrième enfant, en 2001, après quatre accouchements physiologiques et initiatiques j'ai vraiment plongé dans le yoga de l'énergie. Cette pratique intériorisée, lente et avec la conscience de l'énergie en mouvement, reliée à l'Infini, était exactement ce dont j'avais besoin pour continuer sur la voie de la découverte de « qui je suis ? ».

Puis la rencontre décisive avec Martine Texier et Yves Mangeart en yoga maternité en octobre 2007, (EVE), diplômée en 2009 et formatrice à partir de 2013, formatrice à EYE depuis 2015. J'ai plongé dans l'enseignement du yoga maternité pour ensuite accompagner les femmes enceintes et les couples dans une Joie immense, leur offrir la possibilité de vivre grâce au yoga, la grossesse et l'accouchement comme des événements uniques et merveilleux, au-delà des peurs, de plonger dans l'intensité de l'enfantement...

la sensation de toucher du doigt le mystère de la Vie, dans l'Amour infini.

### Liliana Ferreira

Sage-femme depuis 2010 diplômée de la HES-SO à Genève

Enseignante de Yoga Maternité depuis 2018 diplômée de l'école EYE

Sage-femme indépendante et hospitalière en Suisse romande, j'accompagne les femmes, les couples et les familles sur le chemin initiatique de la naissance depuis plus de 10 ans. C'est au cœur de leur intimité que je tente de créer un espace bienveillant, sûr et conscient afin d'accueillir, avec toute la présence nécessaire, la naissance d'un enfant et de sa famille.

Parallèlement à ma pratique de « gardienne de la physiologie », je rencontre le yoga lors de mon premier voyage en Inde du Sud. Touchée par cette philosophie de vie, c'est tout naturellement qu'est né le désir de lier le yoga au métier de sage-femme.

Sensible au respect du corps qui sait ce qui est juste pour lui, j'invite la femme, le couple, à faire confiance à leur boussole intérieure. La pratique du Yoga Maternité invite à ralentir, à prendre le temps de ressentir ce qui vibre en nous et de laisser place à la spontanéité. Vivre la félicité: un cadeau inestimable!

## MATERNITÉ & NAISSANCE

### Femme enceinte & couple

Venez découvrir et pratiquer le yoga maternité le samedi après-midi, la journée, ou tout le week-end si vous le désirez, comme un espace de partage et de préparation à la naissance et au postnatal.

Le samedi après-midi vous serez accompagnés par Liliana, sage femme formée au Yoga maternité féminité, pour un enseignement plus personnalisé en fonction de vos attentes, vos demandes. Le samedi matin et le dimanche sera partagé avec les personnes en formation pour une expérience riche de pratiques et de vécu.

Nous encourageons vivement les papas à nous rejoindre pour plonger dans la découverte passionnante de l'univers de la grossesse et de la naissance.

*Tout est à créer sans cesse, la porte de la maternité s'ouvre grand à la paternité..*

### La conception et la gestation

L'éveil des consciences, à ce moment unique, magique de notre vie, qu'est la conception et la gestation d'un bébé, mène assez naturellement la mère à s'installer dans sa nouvelle place... Et le père, le partenaire ? A-t-il la possibilité de se laisser transformer déjà durant la gestation ? Cet univers est pourtant également le sien, en tant que Gardien du Temple.

Encore faut-il qu'on lui fasse de la place...

## FEMMES ENCEINTES ET COUPLES

Dans cette formation, Il nous tient très à cœur d'ouvrir les week-ends de plus en plus aux couples, autant qu'aux femmes enceintes.

En effet, il nous paraît primordial d'inviter les papas à se joindre au processus de la grossesse, de s'y familiariser, de partager des moments d'exercices avec leur compagne et leur enfant en devenir. Il est moins évident pour un papa de se préparer à la naissance de son enfant, la gestation se déroulant sous ses yeux mais pas dans son corps. Vivre des temps de prise de conscience, de présence, de partage à « 3 » vont l'aider à prendre sa place de père. C'est ainsi que, déjà, la petite famille se construit et se prépare à vivre, ensemble, la grande traversée de l'arrivée au monde de l'enfant.

La Présence du père est pour la femme qui accouche une Source d'Énergie incroyable. Au-delà du Faire, c'est Être qui est essentiel. Être là, sans aucune obligation ni contrainte. Le père développe lui aussi son ouverture dans la voie du « Sentir ».

**Naissance d'un enfant,  
Naissance d'une maman  
et Naissance d'un papa...  
d'une famille....**

