

Séminaire :

*« Prépare, accueille et célèbre
TA MENOPAUSE »*



Séminaire

« Prépare, accueille et célèbre ta ménopause »

Pourquoi ?

Parce qu'à l'arrivée dans la péri ménopause (souvent de manière fracassante avec la survenance de symptômes), la majorité des femmes sont non informées ou peu, inquiètes parfois, démunies souvent, peu soutenues et entourées... Même si doucement le voile se lève, c'est encore lourd et flou, et ce sujet nécessite d'être pris à bras le corps.

Le but

Déconstruire le tabou et les peurs que peut générer la ménopause, en apportant des **informations précises, variées et complètes**, permettant aux femmes de **se préparer de manière holistique** à ce passage qui se doit d'être magnifique, attendu, célébré.

Ainsi seront présentées et expliquées les sphères :
physique / médicale / psychique / émotionnelle / énergétique

Public cible

Idéalement les femmes dès 30 ans, avec leur conjoint

Pourquoi si jeune ?! Car chez toutes les femmes, **dès 35 ans**, notre système hormonal s'enclenche vers ce processus, et il est aussi nécessaire qu'évident de se préparer et d'anticiper ce grand voyage ! Pourquoi **avec votre conjoint** ?! Car il va partager ce voyage avec vous, et d'en connaître les tenants et aboutissants, le rendra compréhensif et oh combien soutenant !

Le fond

Rassembler et échanger dans un lieu convivial sur le sujet péri ménopause / ménopause. Être portées par l'énergie de groupe, pour aborder cette thématique en condensé sur 3 jours.

Créer une interaction, ouvrir les consciences, apporter les informations permettant des **choix éclairés** et **une préparation ancrée** des femmes pour ce portail, en étant entourée de **professionnels et experts**.

La forme

- Sur 3 jours, du **vendredi 11 au dimanche 13 octobre 2024**
- 20 participantes + conjoints volontaires
- Une dizaine d'intervenantes : des professionnelles qui se succèdent pour apporter leurs meilleures compétences
- Dans un lieu chaleureux et convivial au Val-de-Ruz, canton NE (options en cours de discussion)
- 175.- CHF / jour, soit 525.- CHF le séminaire (gratuit pour les conjoints)

(Le prix comprend : l'accueil des lieux, la prestation des intervenantes, les encas des pauses, supports de « cours ». Les repas de midi sont à charge de chacun)

Le programme

Physiologie, pathologie, médecine conventionnelle, médecines alternatives, thérapies naturelles, préparation corps / esprit, connexion à la sacralité du cycle et de ce passage clef... : autant d'informations précises, que des champs d'ouverture à l'exploration !

Infos et inscriptions : Anne Sigris, 00 41 76 355 53 09, asigris.anne@outlook.com
www.doulanne.ch