



Claudia Garcia

Emanessence Doula

ACCOMPAGNER LES FEMMES, RITUALISER LES PASSAGES

Accompagnement doula

Accompagnement prénatal et postnatal (à domicile)

Plusieurs rencontres de 2 heures à repartir pendant la grossesse et le postnatal. Ecoute, soutien, information, soins et massages du prénatal, projet de naissance, préparation au post-partum immédiat et au postnatal, aide logistique, soins et massages du postnatal.

Rencontre virtuelle gratuite de 30 minutes pour se présenter et définir les besoins.

**3 rencontres (6 heures)
350 chf**

**6 rencontres (12 heures)
670 chf**

**8 rencontres (16 heures)
850 chf**

Rencontres à la carte

2 heures 120 chf

Accompagnement émotionnel, physique et pratique non-médical en complément du suivi effectué par un.e sage-femme ou un.e gynécologue.

Soin inspiration rituel rebozo

Soin pour toutes les femmes

Soin enveloppant et réconfortant avec moment de pause d'intention, temps de chauffe (yoni steam ou bouillotte), massage et serrage doux pratiqué avec les tissus rebozo. Il permet de ritualiser une nouvelle étape de vie, de marquer un passage.

**Rituel complet
2,5h-3h 250 chf**

Mama Blessing

Honorer la future mère

Temps de partage et rituels pour célébrer et prendre soin de la future maman en compagnie des personnes de son choix.

**Entre 2 et 4 heures
préparation et
matériel compris
de 250 à 400 chf**

Ateliers jeunes filles

La Magie de la Métamorphose

Ateliers ludiques pour accompagner la puberté. Pour découvrir et comprendre les changements physiques et émotionnels. Préparer en douceur ce passage jusqu'aux premières règles.

Anatomie, physiologie, connexion à son corps par la médiation, l'art thérapie ou le mouvement.

Ateliers partagés en petit groupe. max 6 jeunes filles entre 9 et 12 ans.

**4 ateliers de 2h
4 cahiers thématiques
et petits cadeaux inclus**

80 chf par atelier

www.lamagiedelametamorphose.com



emanessence.doula



emanessencedoula@outlook.com



+41 76 277 07 82



Genève et alentours

