

## INSCRIPTION

### Femmes enceintes et couples

Les week-ends et stages d'été sont ouverts aux femmes enceintes et aux couples, et à toute personne qui s'intéresse au *Féminin Sacré* et à la maternité, rendez vous sur la page : [Inscription week-end & stage](#)

Site: [www.yogamaternite.fr](http://www.yogamaternite.fr)

**Si vous ne pouvez vous inscrire en ligne, contactez le Secrétariat Yoga gestion.**

### YOGA GESTION

#### Directeur administratif

Philippe Liatard

#### Secrétariat Yoga gestion

38 impasse du Connétable ;

38880 AUTRANS

Tél : 04 76 77 81 33

Portable : 06 52 28 87 35

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

#### Sites internet

[www.yogamaternite.fr](http://www.yogamaternite.fr)

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

#### Direction pédagogique

Martine TEXIER

[texier.martine@gmail.com](mailto:texier.martine@gmail.com)

Mobile : 06 71 70 70 25

**Pour toute question concernant l'enseignement**

## DATES 2017-2018

21-22 octobre 17 : Maternité & énergie d'automne

2-3 décembre 17 : Maternité & énergie d'hiver

3-4 février 18 : Maternité & énergie cinquième saison

24-25 mars 18 : Maternité & énergie de printemps

26-27 mai 18 : Maternité & énergie d'été

### STAGE D'ÉTÉ

du 2 au 7 juillet 2018

Maternité & l'Attente Sacrée

Formation avec Martine Texier et Christine Haristoy

### TARIFS WEEK-END

Femme enceinte : 173€ + 7€ adhésion = **180€**

Couple : 258€ + 14€ adhésion = **272€**

### TARIF STAGE D'ÉTÉ 2018

Enseignement : 486€ + 18€ adhésion = **504€**

Couple : 720€ + 36€ adhésion = **756€**

### FRAIS DE PENSION

Le forfait hébergement-repas est à envoyer au moins un mois avant le stage, pour la réservation, à l'ordre de Côté Lac Évian Ethic Etape 531 avenue de Neuvecelle 74500 Evian.

Vous pouvez également payer par CB par téléphone au 04 50 75 35 87.

Arrivée la veille ou chambre individuelle : prévoir un supplément et téléphoner à Côté Lac Évian.

Prix de la pension du week end en 2017 : **67,05 €**

Prix de la pension du stage d'été 2017 : **334,50 €**

Pas de remboursement en cas de désistement

# eve

YOGA MATERNITÉ NAISSANCE  
Comment accueillir une âme

FEMMES ENCEINTES

&

COUPLES

MÉTHODE MARTINE TEXIER

Christine Haristoy & Martine Texier  
avec la participation de Anne Hugo Erni



évian 2017-18

## LES ENSEIGNANTES

### Martine Texier

- Directrice pédagogique de l'école EVE EVIAN ET EVE GRETZ
- Formatrice pour EVE Gretz
- Formatrice pour les stages d'été EVE Évian

Martine Texier élève de Roger Clerc a suivi le cursus de l'école de yoga d'Évian dès sa création avec Yves Mangeart comme directeur.

Elle s'est spécialisée en «Yoga et Maternité».

Ses deux livres sont des références : «L'Attente sacrée» et «Accouchement, naissance, un chemin initiatique.» Edition. Le Souffle d'Or.

Depuis 1986, elle fait partie de l'équipe des formateurs de l'École d'Évian. Yves et Martine ont créé en 2003 une École de formation «Yoga Maternité Naissance» : E.V.E. à Evian.

Martine a été directrice de l'école d'Évian et de l'académie ainsi que de l'école EVE «Yoga Maternité Naissance» de 2011 à 2016.

Elle est directrice pédagogique de l'école EVE.

Depuis plus de 35 ans, elle est animée par la joie de la transmission et par une recherche renouvelée pour rendre les outils du yoga encore plus performants et plus adaptés à la grossesse et la naissance d'aujourd'hui.

Son enseignement est un partage qui vient du plus profond de son Être pour montrer la voie d'une grossesse harmonieuse et le chemin initiatique d'une naissance en pleine conscience avec l'expérience d'une véritable initiation possible.

### Christine Haristoy

Enseignante de yoga formée à l'École de Yoga d'Évian et enseignante de yoga Maternité, formée par Martine Texier et Yves Mangeart à l'École EVE à Évian.

Maman de 4 enfants, la maternité a été une transformation profonde qui continue à œuvrer en elle !

L'enseignement du yoga est la Joie du partage à chaque cours renouvelée !

le yoga au service de la maternité permet de vivre l'intensité de la mise au monde sans la craindre, c'est une ouverture à l'être profond et à la Présence au petit être qui s'incarne et grandit en soi ;

L'accompagner en conscience dans le processus de la naissance permet à la femme, au couple de suivre un chemin initiatique vers l'harmonie et l'Amour. La naissance peut être ainsi vécue comme un acte d'Amour : rendre à la Vie sa dimension Sacrée.

### Anne Hugo Erni

*Anne enseigne le matin avec Christine et accueille les femmes enceintes et / ou les couples le samedi après-midi.*

Sage-femme de métier, elle a suivi la formation de Yoga et Maternité enseignée par Martine Texier et Yves Mangeart à l'École de Yoga d'Évian "EVE" et c'est avec une grande satisfaction qu'elle accompagne les femmes et les couples dans ce magnifique chemin de présence à soi-même.

En tant que sage-femme et maman de trois enfants, il lui tient en effet particulièrement à coeur d'aider les femmes à prendre conscience que la naissance est "d'abord" un acte naturel et qu'elles ont la capacité de la vivre pleinement, dans la puissance immense de cette Force de Vie qui les traverse.

Dans un plaisir toujours renouvelé, elle tente de transmettre aux femmes et aux couples les merveilleux outils du yoga, précieux et efficaces, constituant une aide réelle pour vivre au mieux cette expérience initiatique qu'est la naissance.

## MATERNITÉ & NAISSANCE

### Yoga Maternité Naissance

#### Méthode Martine Texier

Martine Texier a créé la méthode Yoga Maternité Naissance en 1983.

#### Le Yoga, une aide puissante

Le Yoga est une aide puissante pour la femme enceinte et pour le couple. Il permet de vivre pleinement ce temps fort des 9 mois qui mène à la naissance.

L'accompagnement Yoga Maternité Naissance est complet : il s'adresse aux différents plans de l'être.

#### Corps physique

Une meilleure conscience du «corps de grossesse» : bassin, tissus osseux, articulations, colonne vertébrale, abdominaux, musculature du périnée, tunnel de la naissance...

#### Corps vital

Approche pratique : respiration, circulation (sang et lymphe), digestion-élimination, système nerveux avec ses composantes sensori-motrices et ortho/para sympathiques...

Des outils pour la vie : respiration de la vague, relaxation, mouvement de l'infini, recharge en énergie, chakras, gestion de la douleur...

#### Corps mental

Force de détermination, art du lâcher-prise, concentration, gérer ses peurs, ses émotions, visualisations, intention créatrice, états de conscience...

## LE PROGRAMME

Christine Haristoy et Anne Hugo Erni enseigneront durant les 5 week-ends et Martine Texier et Christine Haristoy enseigneront durant le stage d'été.

Durant les week-ends, le samedi matin, l'enseignement de Christine et d'Anne s'adresse à l'ensemble des participants, sage-femmes, enseignants de yoga en formation ainsi qu'aux femmes enceintes et aux couples.

L'après-midi, Anne propose un enseignement adapté et spécifique aux femmes enceintes et pour les couples.

Vous pratiquerez les postures qui soulagent les douleurs de la grossesse (bassin, dos, ...).

La respiration de la vague pour vous détendre et accompagner l'intensité des contractions.

Les vibrations de sons qui accompagnent efficacement les contractions pendant l'accouchement.

Des postures à pratiquer en couple.

#### Stage d'été

Martine Texier et Christine Haristoy assureront l'enseignement du stage d'été 2018 sur le thème du livre de Martine « **L'Attente Sacrée, 9 mois pour donner la vie** » édition *Le Souffle d'Or*.

*Le Yoga prépare la femme, le couple, à s'ouvrir sur tous les plans pour accueillir cette âme qui vient de l'Infini : dimension sacrée de la Vie.*

