

*Transmission au féminin*



# CERCLE MÈRES-ADOS

2 ET 3 NOVEMBRE 2021

Christine Robin  
Irène Zvénigorsky

*Nourrir le lien et la confiance*

# SÉJOUR MÈRES - ADOS

## MARIE NOUS ACCUEILLE

Marie est une hôte attentionnée, elle nous ouvre les portes de sa maison à Recloses en forêt de Fontainebleau. Multiples espaces pour se reposer, explorer, faire des rituels et un grand feu, chanter, danser.

## VIVRE UN CERCLE DE FEMMES

Puissant espace de transformation, nous y mènerons des exercices et rituels pour que chacune y puise des ressources.

## ENTRE FEMMES, MÈRES, FILLES

Un temps privilégié entre des mères et leurs adolescentes, un temps de transmission et de partages, guidé par Irène et Christine.

## POUR NOURRIR LE LIEN

Pour gagner en confiance, les femmes ont besoin de se rassembler et de nourrir leur lien de sororité.



# LA PROPOSITION

Nous, Christine et Irène, vous proposons ce séjour pour répondre au besoin des adolescentes de gagner en confiance pour mener leurs orientations scolaires et personnelles. Les mères sont impliquées dans l'accompagnement de leur adolescente en pleine transformation hormonale et sociale.

L'intention est de renouveler la confiance en vous, entre vous, et avec nous toutes. L'énergie féminine vient nourrir cette confiance, elle amène à une meilleure connaissance de nos ressources.

Le programme comporte des exercices sur la confiance, l'importance du lien, des transmissions sur le cycle menstruel, la féminité, des cercles de paroles et rituels ainsi que des repas sains, des temps de relaxation, des massages, un grand feu et des balades en forêt.

Les activités de ces deux journées alternent des exercices individuels, en petits groupes et des grands cercles de femmes. Le cadre sera bienveillant et professionnel, et il permettra de multiples explorations.

La puissance du travail individuel et collectif est toujours au rendez-vous dans un cercle de femmes. Nous veillerons à ce qu'il soit constructif pour chacune et pour les couples mère-ado.



# LES MODALITÉS PRATIQUES

**2 et 3 novembre 2021**

**ARRIVÉE LE 1 NOVEMBRE 17H**

Démarrage des activités le lundi 1er novembre à 18h, fin du séjour le mercredi 3 novembre à 17h

## Tarif

**MÈRE + FILLE = 388 €**

tarif tout compris : animation, hébergement repas du dîner du 1 novembre jusqu'au 3 novembre 17h  
Repas végétariens et sans gluten.

**chez Marie ORTOLI**

**59 RUE GRANDE  
77760 RECLOSES**

Possibilité d'arrivée en train ou voiture,  
covoiturage

## Accompagnatrices

**Christine Robin : artiste interprète,  
formatrice**

**Irène Zvénigorosky : naturopathie et  
féminité**



# LES FACILITATRICES

**Irène Zvénigorosky**

NATUROPATHE, FORMATRICE  
ET ANIMATRICE DE CERCLES DE  
FEMMES LABEL FÉMINITUDE

**Christine Robin**

ARTISTE INTERPRÈTE -  
FORMATRICE EN PRISE DE  
PAROLE ET GESTION DE  
CONFLITS

**Marie Ortoli**

NOTRE HÔTE,  
COACH HOLISTIQUE



## CERCLE MÈRES-ADOS

RECLOSE DU 1 AU 3 NOVEMBRE 2021

### FICHE D'INSCRIPTION

NOM DE LA FILLE :

NOM DE LA MÈRE :

MAILS :

TÉLÉPHONES :

VILLE DE RÉSIDENCE:

ALLERGIES OU INTOLÉRANCE

:

Nous nous inscrivons au Cercle Mères-Ados animé par Christine Robin et Irène Zvéni gorosky et se déroulant du 1 au 3 novembre 2021, chez Marie Ortoli à Recloses. Nous réservons notre place à l'aide d'un 1 chèque d'arrhes, libellé au nom de Irène Zvéni gorosky, adressé au 140 allée des Buissons 76160 Préaux, accompagné de ce bulletin d'inscription.

Les arrhes seront restitués, sauf désistement moins de 8 jours avant le démarrage du séjour. La totalité du tarif de 388 € sera à régler sur place en espèces (pour faciliter la répartition entre animation et hébergement).

**Date et lieu**

**Signature des participantes**