

**SAMEDI 7 JUIN**

# Célébrer la ménopause... et renaître à soi !



Une **JOURNÉE** pour être actrice  
de votre épanouissement personnel.

« Temps hors du temps »,  
cette journée vous offrira une  
parenthèse unique mêlant **temps  
introspectifs et créatifs, rituels,  
partages et rires**, et se clôturera  
par un pétillant apéritif!



Comment, en une journée,  
activer les leviers pour  
**reconnaître, traverser et  
accepter en conscience ce  
qu'il faut lâcher, pour  
renaître à soi.**

## ATELIERS LUDIQUES ET CRÉATIFS

- Temps d'introspection et de partage entre femmes.
- Processus de libération pour s'alléger.
- Créations individuelles et collectives comme rite de passage vers cette femme épanouie qui se révèle.

## Infos et inscriptions

**Lieu** : Château de Montcuquet (81)  
**Date & horaires** : Samedi 7 juin 2025 de 9h30 à 19h  
**Places limitées** : 18 participantes  
**Tarif** : 180 €/personne, collations et déjeuner inclus

**Réservez avant le 1er mai ou venez à deux =  
150€/personne**

**Inscriptions** : [terra.luna.ceremonies@gmail.com](mailto:terra.luna.ceremonies@gmail.com) - 06 72 75 41 71

## Animé avec joie par



**Sophie Pradalié,**  
Célébrante de Vie  
et Sophrologue  
Terra Luna Cérémonies



**Alix Howard,**  
Célébrante de Vie  
et Facilitatrice  
Gratitudes Cérémonies