



Swami Atmarupananda

Né en Amérique, Swami Atmarupananda découvre la tradition du Vedānta lors d'un échange d'étudiants en Suède et développe ce qui est devenu une fascination et un dévouement de toute une vie. En 1969, il rejoint la branche de Chicago de l'Ordre Râmakrishna de l'Inde en tant que moine. Il est initié par le dixième président de l'Ordre Râmakrishna, Swami Vireswarananda et il passe ensuite de nombreuses années en Inde à suivre une formation monastique, scientifique et spirituelle. En avril 2022, il est nommé au Centre Védantique Ramakrishna de Gretz en tant que président et directeur spirituel.



Martine Texier-Paramesvari

Formatrice en yoga, yoga nidra védique et Yoga Maternité Naissance à l'Université de l'Homme. Elle a suivi avec joie l'enseignement de Swami Veetamohananda depuis 2013. Formatrice pendant trente-deux ans et directrice pendant six ans à l'école de yoga d'Evian. Directrice de l'école EVE yoga Maternité Naissance à Evian pendant quinze ans. Depuis plus de quarante ans, elle est animée par la joie de la transmission et par une recherche renouvelée pour rendre les outils du yoga encore plus performants. Auteure de plusieurs livres.



Dr Dominique Leyronnas

Pédiatre néonatalogiste et réanimateur, il a accueilli et assisté les bébés à la naissance dans des circonstances tantôt sereines, tantôt dramatiques depuis plus de 40 ans. Il a découvert peu à peu la richesse de communication de ses petits (voir très petits !) patients et a promu l'importance d'une relation respectueuse lors des soins.

Médecin de SAMU pendant 35 ans, il a été chargé du transfert de milliers de nouveau-nés ce qui l'a conduit à réfléchir sur le préjudice que représente une séparation aux heures fondatrices de l'existence. Auteur de plusieurs livres.

Quel tarif ?

Pension complète			Externe		
Soutien	Base	Jeune (18-25)	Soutien	Base	Jeune (18-25)
160€	140€	100€	80€	70€	50€

en interne : pension complète ; chambres à 2 ou 3 lits avec sanitaires à l'étage (draps et serviettes fournis)

en externe : déjeuner compris ; repas du soir en supplément (12,50€)

Accueil la veille au soir à partir de 17h

Fin le dimanche à 17h.

Reçu : pour obtenir un reçu, joindre une enveloppe timbrée à votre adresse.

Annulation :

- en cas d'annulation de la formation de notre part : l'intégralité de la somme versée vous sera remboursée.
- en cas d'annulation écrite de votre part (annulation impossible par téléphone) :
 - plus de 2 semaines avant le début de la formation, une somme forfaitaire de 20€ pour frais administratifs sera conservée, le reste vous sera retourné
 - moins de 2 semaines avant le début de la formation, l'acompte sera conservé par le CVR
- Toute formation démarrée puis interrompue du fait du participant ne donne droit à aucun remboursement.
- Tous les dossiers d'annulation sont régularisés dans le mois qui suit votre annulation.

Le CENTRE VEDANTIQUE est situé à 30km de Paris (est).

Il est facilement accessible en :

RER E (gare Haussman St-Lazare - gare du Nord)

TGV (gare Marne-la-Vallée) ou VOITURE (autoroute A4)

Venir en RER : par la ligne E depuis Paris, au départ de la Gare Haussmann-St Lazare ou de la station Magenta-Gare du Nord, prendre la direction de Tournan. En descendant à Gretz-Armainvilliers, emprunter la passerelle « sortie rue d'Alsace ». Une fois sur la rue d'Alsace, dirigez-vous pendant 50 mètres vers la droite à travers le parking jusqu'au Bd Romain Rolland. Le Centre se trouve à 10 mn à pied de la gare.

Venir en voiture : au départ de Paris, prendre l'autoroute A4 (direction Metz-Nancy) sur une vingtaine de km jusqu'à la sortie Gretz/Tournan (D471). Continuer sur cette route pendant une dizaine de km. Puis prenez la direction « Gretz centre » au 2ème feu (ignorez la direction au 1er feu). Le Centre est situé sur la gauche après l'entrée de la ville, au 64, bd Victor Hugo. Entrée et parking au 1 bd Romain Rolland.

YOGA MATERNITÉ NAISSANCE



Formation

CORPS

2023-24

avec Swami Atmarupananda
Martine Texier-Paramesvari
Dr Dominique Leyronnas

CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

64, bd Victor Hugo, 77220 Gretz-Armainvilliers
Tél. 01 64 07 03 11 - contact@centre-vedantique.fr
www.centre-vedantique.fr



Cycles de formation de
L'Université de l'Homme

Yoga Maternité Naissance

En reliant les parents à leur être profond, le yoga permet une relation au bébé dans cette profondeur, de cœur à cœur pour accueillir cette âme qui vient de l'Infini : dimension sacrée de la Vie. La relation parents-enfant se tisse dans la plénitude de l'être qui ouvre l'enfant à la joie d'être.

Dans la pratique de ce yoga prénatal, le chemin se fait pour chacune, à travers un jeu de postures et d'exercices bien adaptés :

- à la découverte de son corps de grossesse : bassin, périnée, colonne vertébrale, abdominaux, ventre précieux ;
- à la découverte de son nouveau rayonnement d'énergie ;
- à la découverte d'un art de vivre la grossesse et la naissance, en conscience et dans la joie.

Les femmes enceintes, les couples qui préparent la venue d'un enfant et toute personne intéressée par l'enseignement Yoga Maternité de façon personnelle, peuvent suivre l'enseignement d'un à plusieurs week-ends ou stage d'une semaine au choix, indépendamment de la formation.

La Formation

La formation se déroule en deux ans à raison de cinq week-ends et une semaine de stage par an, soit au total, pour obtenir le certificat : 10 week-ends et 2 semaines de stage en juillet.

Elle propose une profonde transformation qui permet de découvrir en soi les trésors de l'être et de les rayonner ensuite dans l'enseignement pour accompagner les femmes enceintes et les couples. Elle permet aussi de rayonner la Lumière de l'Infini autour de soi dans sa vie, pour construire ensemble un monde nouveau sur les bases des valeurs éternelles.

Les participants reçoivent des documents sur les pratiques et enseignements de chaque demi-journée durant le week-end.

Le public : la formation s'adresse aux enseignants de yoga, aux sage-femmes, à toute personne qui travaille autour de la maternité/paternité et qui souhaite obtenir le certificat Yoga Maternité Naissance.

Le certificat : pour l'obtenir il faut :

- avoir suivi les 10 week-ends et les 2 stages d'une semaine.
- passer l'examen qui clôture la formation :
 - examen pratique (construction d'une séance de Yoga maternité et son enseignement devant le groupe)
 - examen théorique : questions sur le programme étudié

- écrire un mémoire d'une trentaine de pages à soutenir devant le groupe.

Yoga Maternité / Paternité

Les exercices de cette méthode sont si riches, que les papas sont encouragés à les pratiquer eux aussi, pour cultiver leur présence subtile au bébé et à leur compagne dans un plein épanouissement. Durant ces neuf mois d'accompagnement durant la grossesse, ils sont invités à vivre leur rôle. S'ils veulent être pleinement présents au bébé et à la maman durant ce temps de grâce de la grossesse mais aussi le jour de la naissance, ils ont besoin du yoga pour se mettre au diapason. Le yoga qui leur est proposé, en même temps qu'à leur compagne, les conduira à cet art de vivre dont la famille et la société ont un si grand besoin. Dans les week-ends et stages les couples sont invités et pas seulement les mamans !

Dates 2023-24 et thématiques

- week-ends et stage
- conférences Yoga maternité/paternité

Pour les week-ends : accueil la veille à partir de 17h et fin le dimanche à 17h

7 et 8 octobre : synthèse Respiration

2 et 3 décembre : synthèse Énergie

16 et 17 mars : synthèse Mouvement de l'Infini

4 et 5 mai : synthèse Douleur - intensité

1er et 2 juin : synthèse Connaissance de Soi

Pour le stage : accueil le lundi à 9h et fin le samedi à 16h.

1er au 6 juillet : stage d'été : Yoga maternité naissance et les cinq pranās.

Pour les conférences : les dimanches à 15h

8 octobre : «Homme et femme il les créa»

3 décembre : «Le couple : une aventure à deux»

17 mars : «Devenir mère : l'instinct maternel existe-t-il ?»

5 mai : «Devenir père : une identification parfois difficile»

2 juin : «Le couple à l'épreuve de la parentalité»

Bulletin d'inscription Yoga Maternité Naissance

NOM

Prénom

Adresse

CP Ville

Pays

Téléphone

Mail

Femmes enceintes, accouchement prévu le :

Tarifs

Pension complète			Externe		
Soutien	Base	Jeune (18-25)	Soutien	Base	Jeune (18-25)
160€	140€	100€	80€	70€	50€

J'entoure le tarif que je choisis

- Je joins un chèque à l'ordre du CVR :
pour la totalité du montant soit€
encaissé à réception

Possibilité de s'inscrire en ligne pour payer par CB ou virement :

<https://www.centre-vedantique.fr/inscription>

Séminaires > Inscription aux formations
ou en utilisant le QR-code

- Je souhaite un reçu et je joins
une enveloppe timbrée à mon adresse.



Renvoyez le bulletin et le règlement au
CVR - 64 bd Victor Hugo
77220 Gretz-Armainvilliers

