

Nieuw bij Equiboost: **Bébébé**

PAARDENCOACHING VOOR ZWANGERE VROUWEN EN HUN ONGEBOREN KIND

Paardencoaching Center (FR), 1 juni 2013 – Equiboost, pionier op het vlak van paardencoaching, blijft innoveren en steeds diepgaander toepassingen van paardencoaching ontwikkelen. Het nieuwste concept **Bébébé**, dat bestaat uit het drieluik Bewust Zwanger – Bewust Bevallen – Bewust Opvoeden, richt zich tot aanstaande moeders en vrouwen met een kinderwens, die op een zo bewust mogelijke manier hun zwangerschap en bevalling wensen te beleven. Equibooster Anke Santens liet zich hierbij inspireren door haar persoonlijke ervaringen tijdens haar zwangerschap en bevalling van haar dochtertje Anaya.

Bébébé – wat is het ?

Met een knipoog naar bébé (baby in het Frans), staat de B voor Bewust. Dat vrouwen kinderen krijgen, wordt door iedereen als ‘normaal’ beschouwd. Toch is er niets ‘normaals’ aan een zwangerschap en een geboorte: het is niets minder dan een mirakel – het mirakel van het Leven. Dat wordt in onze huidige maatschappij maar al te vaak vergeten. Werkende moeders vooral, hebben het soms moeilijk om de nodige tijd te vinden om bewust met de baby in hun buik bezig te zijn. Tegelijk leeft er momenteel een steeds groeiende behoefte bij aanstaande moeders om deze magische periode zo bewust en zo intens mogelijk te beleven. Bébébé wil hier een antwoord op bieden.

Concreet vertaalt dit zich naar een **intensieve begeleiding, gespreid over 3 weekends**: Bewust Zwanger, voor aanstaande moeders die in hun eerste semester zijn en waarbij dieper ingegaan wordt op het verloop van de zwangerschap en het leven in utero ; Bewust Bevallen, voor aanstaande moeders die 4 tot 7 maanden zwanger zijn en waarbij dieper ingegaan wordt op het verloop van de bevalling ; en tot slot Bewust Opvoeden, voor jonge moeders en hun baby, waarbij dieper ingegaan wordt op het eerste levensjaar van de baby.

Bébébé – een ongewone invulling

Bébébé bestaat uit een theorieluik en een praktijkgedeelte met de paarden.

De theorie is niet nieuw, maar stokoud: ze vindt haar oorsprong in de wijsheid van eeuwenoude mystici, de Kabbala, het Hindoeïsme, de antroposofie, edm.. Duizenden jaren lang werd deze kennis van generatie op generatie overgedragen. Ook is hij in diverse antieke geschriften terug te vinden. “Ik kan me inbeelden dat sommige mensen misschien zullen fronsen als ze de thema’s bekijken die aan bod komen in het theorieluik,” zegt Anke Santens. “Ze stroken namelijk niet met wat als ‘gewoon’ aanvaard wordt, ze vertrekken vanuit een ander mensbeeld. We mogen niet vergeten, dat een zwangere vrouw zich een jaar lang in een ‘andere’ bewustzijnsstaat bevindt – wat aangekaart wordt in het theorieluik, zal een zwangere vrouw totaal logisch in de oren klinken, want ze kan namelijk met heel haar wezen voelen wat in de theorie aangereikt wordt. Terwijl diezelfde vrouw voor haar zwangerschap misschien totaal geen voeling zou hebben met de aangeboden informatie. We stellen ook vast dat steeds meer wetenschappelijke studies de stellingen die in ons theorieluik aan bod komen, ondersteunen en bevestigen. Ik denk bijvoorbeeld aan de talrijke studies over baby’s die reageren op muziek tijdens de zwangerschap, het feit dat het vandaag medisch overal aanvaard is dat baby’s de stress van een moeder overnemen, edm.. Dat is al een hele stap vooruit tegenover pakweg 20 – 30 jaar geleden. Toen vond men dat ook nog klinkklare nonsens. Bébébé is zeker zijn tijd ver vooruit. 20 jaar van hier zal deze informatie en onze oefeningen op hun beurt misschien ook ‘normaal’ zijn. Toen ik startte met paardencoaching, vond iedereen het ook nonsens om paarden in te zetten bij de begeleiding en ontwikkeling van mensen. Intussen is paardencoaching ook normaal. Zo zie je maar ...”

Het praktijkgedeelte bestaat uit aangepaste paardencoaching oefeningen met de Equiboosters. Dit gedeelte is enkel voor de toekomstige mama’s bestemd. Aan de theorie kunnen ook de toekomstige papa’s deelnemen.

Bébébé – talrijke voordelen

Bébébé laat toe om de vele veranderingen die zich tijdens een zwangerschap voltrekken, zowel lichamelijk, emotioneel, psychologisch als energetisch te **kaderen** en vanuit een globaal perspectief te bekijken. Ook de visie op mens-zijn en het wereldbeeld verandert op een positieve manier.

Bébébé werkt **ontspannend en ontladend**. Tijdens de paardencoaching sessies wordt er namelijk heel wat overtollige ballast losgelaten, waardoor de toekomstige moeders zich rustiger voelen.

Bébébé heeft een **vitaliserend** effect: de aanstaande mama’s zullen in de weken die volgen op de workshops, meer energie hebben.

Bébété leert aanstaande ouders ook hoe ze van bij de start kunnen **communiceren met hun baby**. Zo voelt de baby zich in de buik reeds welgekomen en worden de fundamenten gelegd voor een duurzaam hechtingsproces.

Bébété neemt een groot stuk van de **ongerustheid en angst** weg, waar in het bijzonder vrouwen die voor het eerst zwanger zijn, en totaal niet weten waar ze zich aan mogen verwachten, mee te kampen krijgen gedurende de zwangerschap.

Het toepassen van de aangereikte oefeningen tijdens de zwangerschap, draagt bij tot een **gezonde en evenwichtige ontwikkeling van de baby**, reeds in utero. De baby's zijn doorgaans rustiger, eten en slapen beter, enz..

Bébété – aanvulling op medische begeleiding

Deelnemen aan Bébété vervangt geen consultaties bij de gynaecoloog of vroedvrouw. Het is uiteraard belangrijk dat de zwangerschap van A tot Z opgevolgd wordt door een ervaren gynaecoloog of vroedvrouw.

Bébété vormt louter een aanvulling op de bestaande klassieke medische begeleiding.

Bébété – vragen ?

Anke Santens – anke@equiboost.com - +33 470 51 96 35

www.centredecoachingequin.com

www.equiboost.com

+++

Bewust zwanger - paardencoaching voor zwangere vrouwen

Deze workshop richt zich tot **vrouwen met een kinderwens** en **vrouwen die 1 tot 3 maanden zwanger zijn** en die op een zo bewust mogelijke manier hun zwangerschap willen beleven en het leven dat in hen groeit, van bij de start bewust willen begeleiden en verwelkomen.

Bewust Zwanger bestaat uit een theorieluik en een praktijkgedeelte met de paarden.

Thema's zoals reïncarnatie, de reis van de ziel, de keuze van de moeder (hoe, wanneer, waarom ?), de rol van de vader, miskraam, abortus, het leven in utero (hoe ervaart uw baby de zwangerschap ? wat heeft hij/zij nodig ? wat kan u doen om hem/haar te helpen ?), wat betekenen zwangerschapskwaaltjes, hoe omgaan met stemmingswisselingen, communiceren met uw baby, edm komen hierin aan bod. Tijdens de praktijkoefeningen werken we op sluimerende of manifest aanwezige patronen die een mogelijke belemmering kunnen vormen voor een gezonde ontwikkeling van uw baby. Alle oefeningen zijn zowel vanuit fysiek als energetisch oogpunt veilig en bevorderlijk voor het welzijn van uzelf en uw baby.

Vaders zijn ook welkom tijdens deze workshop. Het gedeelte met de paarden is evenwel voorbehouden aan de aanstaande moeders.

Deelnemers die dit wensen, kunnen na de workshop nog enkele dagen extra op het Paardencoaching Center verblijven. U voorziet bij terugkeer in België of Nederland idealiter minstens 2 dagen rust.

Waar: Paardencoaching Center, Montmarault (FR)

Wanneer: 23 - 24 - 25 augustus 2013 ; 5 - 6 - 7 oktober 2013 ; 15 - 16 - 17 november 2013

Aantal deelnemers: min. 6 - max. 14

Prijs: 350 euro per persoon / 550 euro per koppel (logement inbegrepen)

U hebt geen voorafgaande ervaring met paarden nodig.

Wij vernemen graag of u wenst te carpoolen



Bewust bevallen - paardencoaching voor aanstaande moeders die bewust willen bevallen

Deze workshop richt zich tot **vrouwen die 4 tot 7 maanden zwanger zijn** en die op een zo bewust mogelijke manier hun zwangerschap en bevalling willen beleven en het leven dat in hen groeit, van bij de start bewust willen begeleiden en verwelkomen. Bewust Bevallen is het vervolg van Bewust Zwanger.

Bewust Bevallen bestaat uit een theorieluik en een praktijkgedeelte met de paarden.

Thema's zoals vroeggeboorte, stuitligging, de verschillende fases tijdens het geboorteprocess, hoe de baby begeleiden tijdens de weeën en de indaling, het leven in utero (hoe ervaart uw baby de zwangerschap ? wat heeft hij/zij nodig ?

wat kan u doen om hem/haar te helpen ?), hoe omgaan met angst en/of nachtmerries, waar komen deze vandaan, communiceren met uw baby, het moment van de geboorte, overlijden, hoe uw baby verwelkomen en de eerste weken begeleiden in deze wereld, het belang van borstvoeding, edm komen hierin aan bod. Tijdens de praktijkoefeningen werken we op sluimerende of manifest aanwezige patronen die een mogelijke belemmering kunnen vormen voor een veilige geboorte van uw baby. Alle oefeningen zijn tijdens onze eigen zwangerschap persoonlijk getest en zijn zowel vanuit fysiek als energetisch oogpunt veilig en bevorderlijk voor het welzijn van uzelf en uw baby.

Vaders zijn ook welkom tijdens deze workshop. Het gedeelte met de paarden is evenwel voorbehouden aan de aanstaande moeders.

Deelnemers die dit wensen, kunnen na de workshop nog enkele dagen extra op het Paardencoaching Center verblijven. U voorziet bij terugkeer in België of Nederland idealiter minstens 2 dagen rust.

Waar: Paardencoaching Center, Montmarault (FR)

Wanneer: 11 - 12 - 13 oktober 2013 ; 22 - 23 - 24 november 2013 ; 13 - 14 - 15 december 2013

Aantal deelnemers: min. 6 - max. 14

Prijs: 350 euro per persoon / 550 euro per koppel (logement inbegrepen)

U hebt geen voorafgaande ervaring met paarden nodig.

Wij vernemen graag of u wenst te carpoolen.



Bewust opvoeden - paardencoaching voor jonge moeders en pasgeborenen

Deze workshop richt zich tot **vrouwen die pas bevallen zijn, met een baby van 1 tot 3 maanden oud**, die op een zo bewust mogelijke manier hun moederschap willen beleven en het leven dat uit hen gegroeid is, van bij de start bewust willen begeleiden en verwelkomen. Bewust Opvoeden vormt het vervolg op Bewust Zwanger en Bewust Bevalen.

Bewust Opvoeden bestaat uit een theorieluik en een praktijkgedeelte met de paarden.

Thema's zoals het harmoniseren van de subtiele lichamen van uw baby, het bevorderen van de ademhaling en bloedsomloop, krampjes, huilbuien, omgaan met vermoeidheid, omgaan met stemmingswisselingen, het beschermen van uw baby tegen ongewenste en schadelijke invloeden (gsm, roken, wifi, negatief ingestelde mensen, ...), ziekte, communiceren met uw baby, wiegedood, hoe uw baby bewust begeleiden tot zijn eerste verjaardag, wat gebeurt er bij slapen en ontwaken, vaccinatie, omgaan met dieren, edm komen hierin aan bod. Tijdens de praktijkoefeningen werken we op sluimerende of manifest aanwezige patronen die een mogelijke belemmering kunnen vormen voor een harmonieuze relatie met uw baby. Alle oefeningen zijn door onszelf persoonlijk getest en zijn zowel vanuit fysiek als energetisch oogpunt veilig en bevorderlijk voor het welzijn van uzelf en uw baby.

Vaders zijn ook welkom tijdens deze workshop. Het gedeelte met de paarden is evenwel voorbehouden aan de moeders. De vaders mogen dan babysitten :-).

Het ritme van deze workshop wordt geheel bepaald door en aangepast aan de aanwezige babies. U zal merken dat uw baby tijdens deze workshop bijzonder vredig en rustig zal zijn. Na thuiskomst zal u vaststellen dat uw baby alerter, 'wakkerder' is dan tevoren. Eventuele krampjes, moeilijkheden om in slaap te vallen, edm zullen verminderen of verdwijnen.

Deelnemers die dit wensen, kunnen na de workshop nog enkele dagen extra op het Paardencoaching Center verblijven. U voorziet bij terugkeer in België of Nederland idealiter minstens 2 dagen rust.

Waar: Paardencoaching Center, Montmarault (FR)

Wanneer: april - mei - juni 2014 (data nog nader te bepalen)

Aantal deelnemers: min. 6 - max. 14

Prijs: 350 euro per persoon / 550 euro per koppel (logement inbegrepen)

U hebt geen voorafgaande ervaring met paarden nodig.

Wij vernemen graag of u wenst te carpoolen.

