



# L'association Femmes Océanes p r é s e n t e RENOUV'AILES

Renouv' ailes propose un ensemble d'actions gratuites pour sensibiliser, informer et alerter sur les violences faites aux femmes, plus particulièrement sur le temps de la période périnatale (projet d'enfant, grossesse, arrivée d'un bébé).

Renouv' ailes souhaite apporter une entrée nouvelle dans l'accompagnement des femmes victimes de violences ou susceptibles de l'être, en proposant des actions pour se sentir mieux dans son corps, réduire le stress, sortir de l'isolement et retrouver ses ressources personnelles.

## NOS ACTIONS

### 1 L'EXPOSITION

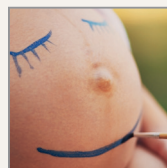
- L'exposition «VIOLENCES Elles Disent NON !» de l'association Femmes Solidaires propose des témoignages, des illustrations, des chiffres et des repères juridiques pour mieux comprendre la réalité et susciter l'échange, les questionnements.
- *Tout public ados/adultes et professionnels.*

### 2 LES CONFÉRENCES

- \* Comprendre les conséquences psychotraumatiques des violences familiales
- \* Le rituel de la couvade et la place méconnue du père dans l'éducation
- \* Un nouveau regard sur le genre : nos sociétés avant le patriarcat
- *Tout public ados/adultes et professionnels.*

### 3 LES PARCOURS

- 5 parcours de soutien à destination des femmes, des femmes enceintes, des duos maman-bébé, des couples, sous forme d'ateliers collectifs et de séances individuelles. Les ressources utilisées sont la sophrologie, la communication non violente, le yoga, la musicothérapie, le massage bébé, le chant, le shiatsu, les automassages, etc.



Retrouvez les dates et lieux de nos actions sur le site internet [www.femmesoceanes.com](http://www.femmesoceanes.com)



*Renouv'ailes est proposé par Femmes Océanes, association loi 1901 fondée en 2017 à Nantes Métropole, constituée d'intervenantes professionnelles dans le domaine du bien-être, du soin et de l'accompagnement psycho-corporel, en collaboration avec Roberte Laporal, musicothérapeute, conférencière et auteure de «La couvade ou le père bouleversé».*

## PLUS D'INFORMATIONS SUR NOS ACTIONS

[www.femmesoceanes.com/renouv-ailes](http://www.femmesoceanes.com/renouv-ailes)

 @renouvailles44

### NOUS CONTACTER

Mail : [renouvailles44@gmail.com](mailto:renouvailles44@gmail.com)

06 46 66 26 61

Credit photos : Istock

Avec le soutien de :



Retrouvez tous nos partenaires sur le site [www.femmesoceanes.com](http://www.femmesoceanes.com)