EXTRAIT OFFERT
du Kit
"Baby Shower de Coeur"

Rituel de vie joyeux & ressourçant

Be the Change

kit créé par Julie Foubert, fondatrice de Be the Change

Kit Baby Shower de Coeur

**Pour toute future maman,
futur papa/co-parent et leur bébé à venir
souhaitant vivre un moment
porteur de Vie**

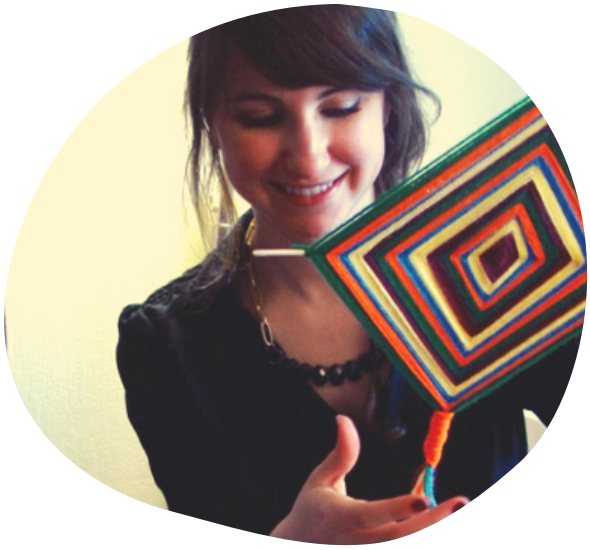
Contenu dans le kit complet

- Mon histoire & ma vision
- Qu'est-ce qu'une baby shower ?
- Et une Baby Shower de Coeur ?
- Rituels joyeux et magiques
- Témoignages
- Offres
- Découverte en images

Be the Change

Kit Baby Shower de Coeur

Mon histoire



A 31 ans, j'ai décidé de suivre une **nouvelle voie**. **J'ai écouté mon coeur**, qui disait :
"Ta vocation profonde, c'est d'accompagner le plus grand nombre possible de futurs et de jeunes parents, et les professionnels de l'enfance, qu'ils puissent devenir **plus conscients de leur plein potentiel de vie**, s'épanouir et contribuer à ce que d'autres s'épanouissent, contribuant ainsi à une transformation positive de la société et à **un monde meilleur**."

Depuis mon enfance, je me sens proche des bébés, des enfants et de "la Famille Humaine".

Après 10 ans dans l'enseignement auprès de jeunes enfants à l'école primaire et l'accompagnement de leurs familles, j'ai réellement **découvert que j'ai un plein potentiel pour agir pour un monde meilleur, que nous avons tous du potentiel !** Progressivement, j'ai décidé de me dédier pleinement à l'accompagnement des adultes : futurs et jeunes parents, et les professionnels qui les entourent. Je me sens comme une **tisseuse de lien et** j'ai à coeur de contribuer à la création des communautés, où les personnes se sentent acteurs de leurs vies et davantage entouré.e.s.

Née aux Etats-Unis, j'ai grandi dans l'état de Nebraska. L'aînée de 4 soeurs, j'aime depuis mon plus jeune âge **prendre soin des bébés et des enfants**, que ce soit dans ma famille ou autour de moi.

Ayant grandi dans une famille d'enseignants et de professeurs, **l'importance de l'éducation au service du monde m'a été transmise** dès le plus jeune âge. J'ai aussi eu l'opportunité de donner des cours de danse dans mon studio de ballet dès l'âge de 12 ans, et j'ai continué à être proche des enfants et des jeunes pendant toute ma scolarité.

Tout au long de ma vie étudiante, j'ai trouvé des moyens **d'apporter ma contribution à travers du *community service***, par le tutorat d'élèves ayant des difficultés scolaires et des activités de *mentoring* pour les jeunes. J'ai aussi contribué dans des lieux tels que des centres linguistiques pour des personnes apprenant à lire, à parler anglais, de tous les âges et **de tous les horizons**.

Kit Baby Shower de Coeur

"It takes a village to raise a child."

African Proverb

Be the Change

Kit Baby Shower de Coeur

Pour ouvrir au champs des possibles : voir le plein potentiel, et choisir d'appliquer le non-jugement

L'approche *Consciens'Evolution(c)* part de l'hypothèse que **chaque individu dispose d'un potentiel infini en capacité de création, d'imagination, de prise de conscience**, de repositionnement, de réorientation, de transformation.
Pour les jeunes enfants, nous pouvons utiliser le terme de « trésor intérieur » et leur dire que chacun d'entre eux a un immense trésor intérieur (sources : Leadership Ethique, Living School).

Le non-jugement, c'est l'absence de critique négative ou de condamnation envers soi-même et les autres. C'est partir du principe que « Chacun fait du mieux qu'il peut avec ce qu'il est, ce qu'il a et ce qu'il sait à un moment donné ». C'est mettre son **regard sur le potentiel** des individus et leur permettre de vivre dans ce plein potentiel et non dans les limitations et les manquements.

C'est faire le choix de dire « Tu as des moments de stress quand tu penses à l'accouchement » plutôt que « Tu es stressée par l'accouchement ».
Dans le premier cas, nous faisons une observation, mais nous ne condamnons pas l'autre. Dans le deuxième cas, nous atteignons son identité en le qualifiant négativement. L'approche *Consciens'Evolution(c)* nous invite à nous identifier à notre potentiel et à voir que nous avons des difficultés, mais que nous ne sommes pas ces difficultés, car **nous pouvons toujours évoluer**.

Je vous invite à vous connecter à votre plein potentiel en vue de cette belle fête de Baby Shower, et à commencer dès maintenant à pratiquer le non-jugement envers vous et aussi les autres, y compris le jour de la fête. Cela contribue à instaurer un climat serein, joyeux et sécurisé, où chacun peut se sentir à l'aise.

Kit Baby Shower de Coeur

Et qu'est-ce une Baby Shower de Coeur ?

Découvrez tout le contenu en vous offrant le kit complet !

Disponible pour achat en cliquant ici ou sur l'image du kit juste à droite.

Be the Change

Kit Baby Shower de Coeur

Rituel d'un repas préparé avec amour

Pour commencer, je vous invite à penser à...la nourriture, oh yes!

Selon les préférences de la future maman, je vous conseille de **choisir un thème** : soit un *pot-luck*, c'est-à-dire où chacun amène un plat *home-made*, soit des mets qui sont certains de plaire le jour-j. Privilégiez vos choix selon **les préférences de la future maman**, par exemple en faisant attention à ne pas faire de plats trop pimentés (quand nous sommes enceintes, l'acide peut causer des inconforts, et ce n'est pas très bon pour le bébé non plus). **Quand nous sommes en célébration, il est préférable de pouvoir déguster facilement** ; je vous invite à privilégier les petites portions facile à tenir à la main, ou bien d'avoir assez de places assises pour tous les invité.e.s.

Cela peut être une vraie joie de mettre des **étincelles de délicatesse** autour de la nourriture. Je vous recommande d'inclure des **bouquets de fleurs**, même des pétales aussi autour d'une assiette pour décorer, dans la simplicité et la beauté. **Quelques petites bougies** peuvent accompagner les fleurs, pour un effet qui est à la fois plein de coeur et bon pour la planète, plutôt que d'acheter plein de décorations pas forcément utiles après le jour de la fête.

Kit Baby Shower de Coeur

Peinture corporelle : de la belle énergie sur le ventre de la future maman, un dessin réalisé par un.e proche.

Ce moment est une vraie **parenthèse de bien-être** pour la future maman. Il peut être associé à un bain de pieds, avec un massage réalisé par un.e ami.e. Il faut tout simplement de la peinture corporelle, un bassin, de l'eau filtrée d'une température tiède, agréable, quelques serviettes et des pétales de fleurs...idéalement, les préférées de la *mama-to-be*.

Voici encore des exemples de magnifiques mandalas en peinture corporelle :

Be the Change

Kit Baby Shower de Coeur

Témoignage de Mary

Témoignage de Mary, jeune maman d'India Jay, née en juillet 2020 :

"Pour moi, la **connexion magnifique de ma Baby Shower m'a portée** lors de la naissance.

Les mots d'encouragement, les souhaits pour mon bébé, les affirmations positives que j'ai reçues, et les lettres pour après la naissance, **ce sont des souvenirs que je vais chérir pour toujours** !"

Mary peint un body pour le futur bébé d'une copine, à une baby shower en 2017. Mary a vécu sa propre Baby Shower début juillet 2020. India Jay, sa fille, est née fin juillet, lors d'une naissance physiologique.

Be the Change

Kit Baby Shower de Coeur

Choisir de vous faire accompagné.e dans une préparation innovante de ce moment essentiel, est un bel investissement et cadeau pour vous/pour une amie et pour l'enfant à naître.

Je vous invite à co-construire ensemble de nouveaux rituels de Vie qui préparent de belles naissances harmonieuses que chaque être humain mérite de vivre.

J'ai hâte de vous rencontrer pour co-créer ensemble la Baby Shower de Coeur de vos rêves !

Découvrez mes offres sur les pages suivantes.

Be the Change

Kit Baby Shower de Coeur

3 Offres à découvrir

Offre Pétale - 70 € TTC

Pour réussir avec un maximum d'autonomie à réaliser ce beau moment pour soi / pour une amie / des amis.

Le kit "Baby Shower du Coeur" + 1 séance de 30 minutes d'accompagnement en visio avec moi.
Nous aborderons les envies + l'organisation générale de la Baby Shower. Conseils et exemples concrets pour une Baby Shower qui corresponde vraiment à la future maman : choix parmi des thème, des jeux & rituels tels que "Com-Pot à Com-Pot", atelier peinture corporelle du ventre, cartes "souhaits pour bébé," explication pour la mise en place du rituel de tour de table pour souhaiter le meilleur à la future maman...

Contactez-moi : julie@be-the-change.fr

Je serai ravie de répondre à vos questions.
Vous pouvez aussi cliquer sur la petite enveloppe à droite pour vous rendre sur mon site de ce pas, et même prendre un rendez-vous directement !

Be the Change

Kit Baby Shower de Coeur

Offre Lilas - 100 € TTC

Organiser une Baby Shower de Coeur sur mesure avec mes conseils concrets et testés.

Le kit "Baby Shower du Coeur" + 2 séances de 30 minutes chacune, d'accompagnement en visio avec moi sur les envies + organisation pour la Baby Shower.

Séance 1 : élaboration des envies, établir la vision de la Baby Shower et les nécessaires préparations. Ce moment est suivi par un mail où je compile les idées, les exemples de rituels et mes conseils sur mesure.

Séance 2 : suivi depuis la première séance. Point sur l'organisation. Préparation et finalisation du matériel et de la décoration. Pour réussir dans une belle autonomie tout en approfondissant ses connaissances des rituels innovants, pour réaliser ce beau moment pour soi / pour une amie / des amis.

Contactez-moi : julie@be-the-change.fr

Je serai ravie de répondre à vos questions.

Vous pouvez aussi cliquer sur la petite enveloppe à droite pour vous rendre sur mon site de ce pas, et même prendre un rendez-vous directement !

Be the Change

Kit Baby Shower de Coeur

Offre Bouquet (avec ma présence) 350 € TTC

Planifiez une Baby Shower de Coeur et profitez pleinement de ce magnifique moment.

Le kit "Baby Shower du Coeur" + 2 séances d'une heure de rencontre et d'accompagnement (en présentiel ou visio) avec moi sur les envies + organisation pour la Baby Shower.
Ma présence de 2 heures le jour-J pour animer des moments phares, en douceur et discrétion, respectant l'espace intime de l'entourage tout en stimulant les moments innovants de rituel.

Contactez-moi : julie@be-the-change.fr

Je serai ravie de répondre à vos questions.
Vous pouvez aussi cliquer sur la petite enveloppe à droite pour vous rendre sur mon site de ce pas, et même prendre un rendez-vous directement !

Be the Change