



Possibilités de thèmes et contenu pour les cours prénataux

Comment ton corps est magnifiquement fait pour enfanter (comprendre la physiologie de la naissance) :

- Nomenclature, lexique, définitions de concepts et cadre théorique
- La majestueuse danse des hormones
- Le concept d'inhibition néocorticale et l'antagonisme adrénaline/ocytocine
- Besoins de base de la femme qui accouche
- L'importance physiologique et psychologique de l'environnement
- État de conscience modifié durant l'enfantement
- Les différents modèles d'évaluation du progrès de la naissance (comment définir les étapes de la naissance dans un modèle obstétrical vs un modèle holistique)
- Le corps en mouvement

La douleur durant l'enfantement

- Perspective PNL
- Les fonctions de la douleur
- Les enjeux concernant la douleur
- Comment faciliter son accueil
- Comment faciliter sa gestion

Naviguer le bateau du paradigme obstétrical

- Perspectives alternatives et critiques sur les pratiques hégémoniques de la naissance industrialisée
- Les enjeux entourant la médicalisation de la naissance
- Les conséquences iatrogènes et la cascade d'interventions
- Fondements historiques
- Prophétie autoréalisatrice
- Mythe de la dangerosité intrinsèque de la naissance

Dimension sacrée de la naissance

- La naissance comme un rite de passage
- Préparer son espace émotionnel pour une naissance extatique
- Masculin sacré (possibles rôles et postures du papa pendant la naissance)
- Espace de naissance inspirant

Divinement orchestré (physiologie de la grossesse, de l'enfantement et de l'allaitement)

- Les multiples mécanismes de protection et de sécurité dans un enfantement non perturbé

Le placenta, arbre de vie, poumons du nouveau-né...

- Son fonctionnement
- Les options pour le cordon ombilical
- Les options pour l'honorer en post-partum
- Consommer ou ne pas consommer, là est la question !

Guérir, nourrir et se laisser porter...

- La phase d'enchantement
- L'approche physiologique du troisième stade vs la gestion active du troisième stade
- Sagesses ancestrales et hémorragies post-partum
- Le quatrième trimestre de la grossesse et la dégestion
- Le mois d'or et la tradition des 40 jours
- Nutrition et récupération postnatales
- Le maternage et le paternage proximal
- L'attachement sécure
- La parentalité consciente

L'allaitement : physiologie, bénéfices et enjeux

- Colostrum, l'or jaune
- Peau à peau et heure d'or
- La montée de lait
- Comment avoir une bonne prise
- L'allaitement à l'éveil
- Positions d'allaitement
- Cododo
- Tétées de nuit et tétées groupées
- Possibles difficultés dans l'allaitement
- Rôle du papa dans l'allaitement
- Protéger son espace émotionnel durant l'allaitement
- Breast is Best vs Fed is Best vs Informed is Best
- Favoriser le choix éclairé : conséquences possibles de la médicalisation de la naissance sur l'allaitement et la lactation
- L'allaitement, un comportement social à réapprendre

Aussi...

- Nutrition holistique pour la préconception (fertilité), pour la grossesse et pour la période postnatale
- Souveraine naissance, réflexions et enjeux

Dans aucune de mes offres de services je n'assure la sécurité de maman ou de bébé, je ne fais pas de surveillance et je ne prends pas en charge ni la grossesse, ni la naissance, ni la période postnatale. Je n'offre aucun soin ou conseil médical et je n'offre pas de service sage-femme. Le soutien que je propose est de nature holistique, logistique, symbolique, intuitif et informatif. Je vous encourage à consulter un professionnel médical selon vos besoins.