



FORMATION SPECIFIQUE

« ACCOMPAGNER
LA PERINATALITE »

LES ALLIEES DE LA NATURE – 3^{ème} TRIMESTRE
LES ELIXIRS DE FLEURS ET LES EMOTIONS

ACCOMPAGNER LES EMOTIONS DU 3^{ème} TRIMESTRE AVEC LES ELIXIRS DE FLEURS

Comme nous avons pu le voir, le 3^{ème} trimestre tourne autour de l'accouchement, l'arrivée de bébé dans la vie de couple ...

Les émotions le plus présentes sont l'anxiété... l'impatience... La nervosité... qui peuvent se mélanger avec de l'excitation plus le jour J approche...

La fatigue est aussi très présente en fin de grossesse, pouvant entraîner une mauvaise qualité de sommeil et du coup une mauvaise qualité de récupération...

Les Fleurs de Bach spécifiques pour cette fin de grossesse, en dehors de celles déjà proposées dans les autres cours

IMPATIENS ET BEECH

Pour calmer l'impatience et la nervosité et rester sereine dans l'attente de l'accouchement

MIMULUS ET ASPEN

Ces 2 fleurs de Bach aident à dépasser l'appréhension de l'accouchement le jour J
Elles peuvent se compléter avec White Chesnut pour calmer le flot de pensées lié à l'anxiété

ACCOMPAGNER LES EMOTIONS DU 3^{ème} TRIMESTRE AVEC LES ELIXIRS DE FLEURS

RESCUE

Pour le moment de l'accouchement , faire face aux vagues de contraction et gérer le flot de fortes émotions durant le travail...
La crème Rescue pourra être une aide pour calmer les douleurs cicatricielles suite à une épisiotomie ou une césarienne...

WALNUT

Cette fleur sera un bon complément avec Rescue pour aider à faire face aux grands bouleversements qu'implique la naissance d'un enfant.