



INTRODUCTION À LA NATUROPATHIE EN PÉRINATALITÉ

AVEC CLARA MUNCK

La naturopathie est une approche thérapeutique qui repose avant tout sur les facteurs de santé naturelle: l'alimentation, l'exercice physique, la gestion du stress, et l'environnement, etc. Ces piliers constituent la vie et influencent la physiologie et l'équilibre de l'organisme. Offrant une démarche personnalisée, la naturopathie permet de comprendre et d'évaluer la portée des habitudes de vie sur la santé et contribue au rétablissement du bien-être par des moyens naturels. Appliquée à la périnatalité, la naturopathie soutient le développement optimal de la grossesse et de l'enfantement et propose des outils naturels, sécuritaires et peu invasifs pour faire face à certains maux et inconforts.

OBJECTIFS DU COURS / CONTENU

- Connaître les principes fondamentaux de l'approche naturopathique.
- Les facteurs de santé naturelle et leurs spécificités pendant la période périnatale.
- Exploration des principaux outils thérapeutiques
 - Alimentation et nutrithérapie (survol, vu dans le cours d'Alimentation)
 - Supplémentation (vitamines, minéraux, oligo-éléments)
 - Phytothérapie (plantes médicinales et leurs usages)
 - Huiles Essentielles (survol, vu dans le cours d'Aromathérapie)
 - Homéopathie et élixirs floraux (Fleurs de Bach)
- Cadre légal: les limites de la pratique, vocabulaire réservé
- Solutions naturelles pour les malaises les plus fréquents de la grossesse



INTRODUCTION À LA NATUROPATHIE EN PÉRINATALITÉ

AVEC CLARA MUNCK

Formule : Virtuelle	Durée : 2 jours
Nombre d'heures créditées : 60h	Horaire : 9-17h
Évaluations : Oui	
Matériel : Cahier de cours et la présentation powerpoint	
Pré-requis : Formation de base en accompagnement à la naissance	
À qui s'adresse la formation : Accompagnantes à la naissance, futurs et nouveaux parents, thérapeutes en périnatalité et pédiatrie	
Cursus : Ce cours fait partie du cursus "Naturothérapie périnatale" dans la concentration prénatal/grossesse	



À PROPOS DE L'ENSEIGNANTE

Suite à un baccalauréat en Psychologie et Sociologie, Clara Munck décide de plonger dans le monde de la périnatalité et l'accompagnement des femmes. Passionnée par la santé naturelle et tous les aspects de l'être humain- psyché, spiritualité, relations, physiologie, etc- elle décide de poursuivre ses études en naturopathie. Aujourd'hui elle finit un programme de 5 ans afin de devenir naturopathe agréée à l'Institut d'Enseignement en Science Naturopathique (IESN). Clara valorise l'accès à l'information et la connaissance de soi pour faire des choix de vie conscients et en harmonie avec nos valeurs. Elle est aussi coordinatrice à l'Académie Périnatale depuis 2020.