

Créée par Gerda Alexander dans les années 1940, l'eutonnie est une approche de conscience corporelle qui trouve un terrain d'application très pertinent dans les secteurs de la santé et du développement personnel.

Sage-femme passionnée par les médecines alternatives, Christine Chautemps présente dans cet ouvrage une application de l'eutonnie au domaine prénatal. Elle propose une démarche consciente qui rencontre chaque futur parent dans sa singularité et sa globalité. Son engagement plaide pour un accès à l'autonomie des femmes -et des couples- en cherchant des solutions à l'intérieur d'eux-mêmes. Cette déclinaison de l'eutonnie contribue au respect de la physiologie, en cours de grossesse et d'accouchement.

Apportant des outils conceptuels aux sages-femmes et aux futures-mamans, cet ouvrage expose le bénéfice de nombreuses expériences concrètes susceptibles de soulager les maux de grossesse les plus fréquents, pour lesquels la médecine classique reste souvent impuissante. Il présente également des exercices pratiques qui constituent des moyens préventifs aux troubles fonctionnels et aux perturbations émotionnelles de la grossesse. Enfin, ce livre expose aux femmes enceintes comment utiliser leurs capacités au moment de la naissance, grâce à un gain de confiance en elles et une participation active à l'accouchement, un des points forts de l'eutonnie étant d'explorer ses propres ressources face à l'inconfort, aux peurs et à la douleur.

Christine Chautemps, sage-femme depuis 35 ans, est aujourd'hui formatrice en eutonnie pour les professionnels de la naissance. Sa connaissance de l'eutonnie, de l'haptonomie périnatale, des Fleurs de Bach et de la somatopathie lui permettent une prise en charge globale de la personne. Elle propose ainsi des clés de rencontre de soi à travers l'écoute des sensations corporelles et du ressenti intérieur.

EAN : 978-2-8755-2073-9



9 782875 520739

Tous nos autres titres
sur www.editionsamyris.com
www.facebook.com/AmyrisEdition

Prix : xx euros

Christine Chautemps

L'EUTONNIE

EDITIONS AMYRIS

Christine Chautemps

L'EUTONNIE

*une préparation à la naissance
autrement*

EDITIONS AMYRIS