

---

**Cursus « Il était une fois... la physiologie »**

**Session 4 : Accueillir et accompagner une nouvelle vie**

Formation pour guider les femmes qui souhaitent s'y préparer

- rendre compréhensible les mécanismes physiologiques de l'organisme du nouveau-né
- expliquer les connaissances incontournables
- transmettre des outils pratiques pour rendre les mères (et couples) autonomes

Conçu et animé par Claire Michelin

---

## Programme

### MATINÉE

**Tout ce qu'il faut savoir afin de pouvoir accompagner et prendre soin de son bébé au cours des 48 premières heures de vie**

#### 1 – L'accueil du nouveau-né

Apprendre les processus physiologiques qui se déroulent à ce moment-là

#### 2 – Mieux comprendre les mécanismes de l'attachement père-mère-enfant

Comment en avoir une bonne vision d'ensemble et en retenir les points importants afin de ne pas l'entraver

#### 3– Le microbiote

Ce processus est fondamental et commence dès l'accouchement : les gestes à poser et ce qu'il faut éviter

### APRÈS-MIDI

**Tout ce qu'il faut savoir afin de pouvoir accompagner et prendre soin de son bébé au cours des premiers mois de vie**

#### 1 – La physiologie du sommeil du nouveau-né

Cette connaissance est d'un grand secours pour éviter l'épuisement maternel (et du couple)

#### 2 – La physiologie de l'allaitement

Combien de temps allaiter ? De quelle manière ? Comprendre les processus de la lactation  
+ Crevasses, engorgements... le point sur les « problèmes de maman »

#### 3 – Fertilité et allaitement

Ce qu'il faut savoir : en connaître les conditions précises et les risques

#### 4 – Problématiques des premiers mois

Première fièvre, portage, vitamine D, décalottage...  
Éclairage sur ces questions diverses

---

## Vers une plus grande autonomie

### Claire Michelin, formatrice consultante spécialisée en physiologie

- Claire Michelin a effectué plusieurs missions humanitaires : Inde, Tibet, Bénin, Maroc, Burundi. A l'étranger comme en France, son expérience en matière d'accouchement l'a convaincue de l'inutilité de recourir systématiquement à la médicalisation. Tous les événements féminins (grossesse, naissance, allaitement, cycle féminin, ménopause...) s'appuient en effet sur **des processus naturels bien établis**. Au fil des années, elle approfondit son savoir auprès de professionnels spécialisés en physiologie et enrichit sa pratique de nouvelles connaissances acquises sur le terrain.
- Devenue maman, Claire Michelin est aujourd'hui **formatrice consultante spécialisée dans la physiologie**. Elle forme depuis plus de 15 ans le grand public et les professionnels à la connaissance des événements féminins : gestion autonome de la fertilité (notamment la Symptothermie Moderne), aide à la conception naturelle, compréhension de la physiologie de la naissance, utilisation des positions d'accouchement (« thérapies posturales »), connaissance de la physiologie de l'allaitement et préparation à une ménopause harmonieuse.

### Sa philosophie, réenclencher la passation des connaissances

La médicalisation des grands événements féminins a progressivement instauré une distance puis une méconnaissance entre les femmes et leur corps. Aux côtés **des jeunes filles et des femmes** – mères ou non, désireuses de le devenir ou non – Claire Michelin souhaite aider chacune à **se réapproprier son corps** en décryptant le fonctionnement. **Des premières règles à la ménopause**, les formations ont vocation à **réenclencher la passation des connaissances**, de femme à femme.

Comprendre les processus de l'organisme permet à chacune d'avoir confiance en ses capacités. Un premier pas vers une meilleure estime de soi.

**Chaque femme a alors les ressources pour aborder les grands événements physiologiques de sa vie avec dignité.**

---

Possibilité de déplacement sur la France entière.  
Informations : [contact@intimitesdefemme.fr](mailto:contact@intimitesdefemme.fr)