

**Hôpitaux Robert Schuman - Clinique Bohler**  
5, Rue Edward Steichen, L-2540 Luxembourg  
T +352 26 333 9020  
[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)  
[facebook.com/lapagedesparents](https://facebook.com/lapagedesparents)

**POUR UN COMPLÉMENT  
D'INFORMATIONS, NOUS VOUS  
INVITONS ÉGALEMENT  
À CONSULTER :**

[www.acteurdemasante.lu](http://www.acteurdemasante.lu)

## CONTACTS

### Acupuncture

**Martine Dupont**  
Prise de rendez-vous : [www.doctena.lu](http://www.doctena.lu)  
T +352 671 88 68 08  
[info@md-acupuncture.lu](mailto:info@md-acupuncture.lu)  
[www.md-acupuncture.lu](http://www.md-acupuncture.lu)

### Besoins nutritionnels de la femme

**Dr Nadia Terki**  
Médecine nutritionnelle, préventive et thérapeutique  
T +352 621 32 77 93  
[nadiaterki@hotmail.com](mailto:nadiaterki@hotmail.com)

### Consultation diététique

**Alexandra Schmit**  
Diététicienne, Master en Nutrition  
T +352 621 63 60 15  
[schmita.dietetique@gmail.com](mailto:schmita.dietetique@gmail.com)

### Thérapie conjugale et familiale, Sexothérapie

**Fabienne Juncker-Quainon**  
Conseillère Conjugale et Familiale, Sexologue  
clinicienne  
T +352 621 45 33 21  
[ccf.junckerquainon@gmail.com](mailto:ccf.junckerquainon@gmail.com)  
[www.conseilconjugaletfamilial.lu](http://www.conseilconjugaletfamilial.lu)  
[www.sexologue-luxembourg.com](http://www.sexologue-luxembourg.com)

### Sophie Pilcer

Sexologue et Conseillère Conjugale et Familiale  
T +33 6 80 46 84 16  
[sophie.pilcer@wanadoo.fr](mailto:sophie.pilcer@wanadoo.fr)

### Hypnose Ericksonienne

**Concepcion Karthaeuser-Exposito**  
Infirmière diplômée d'état  
Praticienne en hypnose Ericksonienne  
Master en sophrologie Caycédienne branche clinique  
DU Tech. de Relaxation et sophrologie  
(CSL / Univ. St. Etienne)  
T +352 621 37 37 35  
[ckarthaeuser@hotmail.com](mailto:ckarthaeuser@hotmail.com)  
[www.sophrologie-sante.lu](http://www.sophrologie-sante.lu)

### Hypnose Seikoya

**Ludivine Vetier**  
Infirmière diplômée d'état, praticienne  
en hypnose Ericksonienne  
Maître REIKI, Maître enseignant  
en Thérapies Brèves  
T +33 9 52 86 80 33  
[www.seikoya.com](http://www.seikoya.com)

### Premiers Secours Emotionnels (PSE)

**Sandra Bargmann-Lüscher**  
Consultante diplômée de PSE  
Soutien à base d'attachement  
pour les parents et leurs enfants  
T +352 661 61 55 35  
[kontakt.elternkindbegleitung@gmail.com](mailto:kontakt.elternkindbegleitung@gmail.com)  
[www.eltern-kind-begleitung.lu](http://www.eltern-kind-begleitung.lu)

### Viviane Kieffer-Schmit

Infirmière diplômée d'état, Conseillère de premier  
secours émotionnels  
T +352 691 72 06 03  
[info@babymassage.lu](mailto:info@babymassage.lu)  
[www.babymassage.lu](http://www.babymassage.lu)

### Sophrologie

**Concepcion Karthaeuser-Exposito**  
Infirmière diplômée d'état  
Master en Sophrologie Caycédienne, diplômée en  
Hypnose Ericksonienne et Hypnose Périnatale  
T +352 621 37 37 35  
[ckarthaeuser@hotmail.com](mailto:ckarthaeuser@hotmail.com)  
[www.sophrologie-sante.lu](http://www.sophrologie-sante.lu)

### Yoga prénatal

**Tiphaine Dourster**  
Sage-femme  
T +33 6 86 52 71 83  
[t.dourster@hotmail.fr](mailto:t.dourster@hotmail.fr)

### Françoise Kirsch

Sage-femme  
T +352 661 38 65 70  
[fkirsch.yoga@gmail.com](mailto:fkirsch.yoga@gmail.com)

### Julie Péchard

Sage-femme  
T +33 6 59 83 24 06  
[julie.pechard@hotmail.com](mailto:julie.pechard@hotmail.com)

## INFORMATIONS SUR TOUTES NOS THÉRAPIES COMPLÉMENTAIRES



# THÉRAPIES

## UNE OFFRE DE SOINS EN THÉRAPIES COMPLÉMENTAIRES

**Le Pôle Femme, Mère, Enfant des Hôpitaux Robert Schuman accorde aux thérapies complémentaires une place concrète dans son offre de soins. En effet, certaines méthodes adjuvantes à la médecine conventionnelle sont proposées dans les domaines de la femme, du couple et du nouveau-né. Ces activités sont assurées dans le cadre d'un partenariat par un ensemble de professionnels libéraux, diplômés et qualifiés en thérapies complémentaires.**

## QUELLES THÉRAPIES COMPLÉMENTAIRES ?

### L'ACUPUNCTURE

L'acupuncture est une pratique thérapeutique ancestrale qui repose sur l'idée d'un flux d'énergie.

Dans la vie des femmes, les indications sont nombreuses : arrêt du tabac, troubles du poids, douleurs menstruelles, migraines, amélioration de la fertilité, accompagnement des procréations médicalement assistées. L'acupuncture soulage naturellement les troubles de la grossesse (nausées, hypersalivation, douleurs lombaires...) et prépare à l'accouchement.

L'acupuncture aide aussi la jeune maman dans le cadre de l'allaitement, la dépression du post-partum, la perte de poids.

Les bébés peuvent également profiter des bienfaits de l'acupuncture japonaise, sans aiguille, par un doux travail énergétique. Les séances sont très courtes (maximum 5 minutes) et améliorent régurgitations, coliques, pleurs...

## LES BESOINS NUTRITIONNELS DE LA FEMME ET CONSULTATION DIÉTÉTIQUE

Ils changent en fonction des différentes étapes de sa vie. Comment adopter la meilleure alimentation pour une santé optimale du pré-conceptionnel à la grossesse, puis durant la période d'allaitement ?

N'oublions pas les besoins lors de la pré-ménopause à un âge très avancé pour vieillir en bonne santé.

Comment rétablir l'équilibre de son poids et le stabiliser suite à toutes ces périodes de fluctuations hormonales ?  
Surpoids, diabète, cancer, ostéoporose : quelle alimentation adopter ?

## THÉRAPIE CONJUGALE ET FAMILIALE - SEXOTHÉRAPIE

Thérapie de couple autour des thématiques suivantes: conflits, mésentente, éloignement, adultère, violence conjugale et séparation. Ruptures à répétition.

Egalement: désir d'enfant, place de l'enfant, place des parents, interruption volontaire de grossesse. deuil d'un enfant.

Accompagnement individuel et de couple visant à surmonter une difficulté sexuelle et/ou à redéfinir et mieux épanouir la sexualité du quotidien.

## LES PREMIERS SECOURS ÉMOTIONNELS

Cette approche fait appel à la psychothérapie corporelle moderne centrée sur l'élaboration du lien entre les parents et les nouveau-nés ou jeunes enfants. Elle y trouve un intérêt dans les troubles émotionnels par exemple des expériences difficiles autour de la grossesse, des bébés pleurants, inconsolables, qui dorment insuffisamment...

## L'HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE ET PÉRINATALE

L'objectif de cette discipline est d'amener l'Inconscient et Conscient à travailler ensemble afin de permettre de régler des difficultés variées aussi bien physiques qu'émotionnelles de la personne.

Dans l'hypnose Ericksonienne, le praticien est à l'écoute, il adapte son style d'élocution et d'approche à la personne qu'il reçoit. Il permet à la personne d'accéder à ses propres ressources pour implémenter les changements souhaités. Les applications sont nombreuses sur le plan physique, comportemental et du développement personnel.

## L'HYPNOSE SEIKOYA

Seikoya est une méthode élaborée subtilement dans l'excellence et l'innovation pour envelopper la vie. Elle orchestre minutieusement les thérapies brèves et accompagne conception, grossesse, santé et performances.

L'objectif de la méthode est triple :

- faire de la naissance d'un enfant un moment unique, particulier et merveilleux;
- transmettre des clés pour reprendre le contrôle sur sa vie et accéder à son équilibre;
- faire de chaque individu une personne reconnue par sa perspicacité face aux difficultés ainsi que la maîtrise de ses talents.



## LA SOPHROLOGIE

C'est une méthode de relaxation physique et mentale qui renforce la présence du corps et permet de prendre conscience de soi et de ses émotions au moment où elles se présentent. Elle permet de surmonter et/ou de transformer nos émotions telles que l'angoisse, la peur, la tristesse, en pensées positives.

Cette pratique psychocorporelle s'appuie sur des exercices à la fois statiques et dynamiques tels que la respiration, la visualisation, des activations corporelles par le mouvement, le toucher associées à des exercices respiratoires.

La sophrologie a de nombreuses indications. En obstétrique, elle aide les futures mamans à vivre les différentes étapes de sa grossesse ainsi que l'accouchement avec plus de sérénité et de confiance.

## LE YOGA PRÉNATAL

Le yoga est une discipline qui considère l'individu dans sa globalité et qui touche aussi bien le corps que l'esprit.

Le yoga prénatal repose sur la maîtrise du souffle (le Prana) ainsi que sur un enchaînement de postures (Assanas) adaptées aux femmes enceintes afin de faciliter le déroulement de la grossesse et de l'accouchement.

Sa pratique a une action bénéfique sur les inforts de la grossesse comme les douleurs dorsales, les lombalgies, les douleurs de type sciatique. Le yoga prénatal est complémentaire à la préparation classique à la naissance et permet d'améliorer la mobilité du bassin, la tonicité musculaire et l'élasticité du périnée.

Il apporte une détente physique et mentale à la future maman profitables à son bébé.