

## Avis de cours

20.01. ou 30.11.2023

«Enveloppements et compresses – un bienfait pour le corps et l'âme»

Une santé durable

# Enveloppements et compresses pour enfants

De nombreuses générations avant nous savaient déjà comment prendre soin de leur santé avec des substances naturelles, à la bonne température et avec amour. Aujourd'hui, ce savoir s'est presque perdu. Annina Both et Rahel Domenig, les fondatrices de wickelbox GmbH, souhaitent lutter contre ce phénomène et attirer à nouveau l'attention sur la simplicité et les bonnes choses qui, comme chacun sait, sont si proches.

Enveloppements et compresses – voici nos thèmes. Les connaissances en la matière sont très anciennes et ont été transmises de génération en génération, jusqu'à ce qu'elles menacent de disparaître au cours des dernières décennies. Nous trouvons cela dommage, car en cas de rhume, de maux de ventre, de blessures ainsi que d'angoisses ou de problèmes de sommeil, cette méthode de soins est efficace, bien tolérée et facile à appliquer, surtout chez les enfants. La plupart des ingrédients sont facilement accessibles et peuvent être transformés en enveloppements/cataplasmes ou en compresses. Ce qui ne pousse pas dans le jardin ou dans les pots se trouvent dans la forêt, certains produits peuvent être achetés chez un grand distributeur, le fromage blanc provient peut-être de la fromagerie d'à côté. En tant que couche de textile intermédiaire et extérieure, un torchon de cuisine, un doudou ou une écharpe peuvent s'avérer extrêmement utiles si l'enfant a mal aux oreilles en pleine nuit ou s'est foulé le pied en faisant du sport.

### Effets des enveloppements et des compresses

Les enveloppements et les compresses fonctionnent grâce à trois facteurs: la substances, la température et l'effet psychosocial. Les matériaux vont des herbes fraîches ou séchées aux légumes comme les pommes de terre ou les oignons, en passant par les huiles essentielles et les onguents. Les possibilités sont multiples, il existe souvent quelques applications alternatives pour un même mal. Les températures sont également toutes utilisées, de la plus froide à la plus chaude. Alors que la chaleur est indiquée en cas de rhume, des compresses froides soulagent la douleur en cas de blessure contondante. Le traitement est finalement complété par l'aspect psychosocial, qui agit uniquement par l'attention, le soin et le temps que nous accordons au bénéficiaire de l'enveloppement.

«Nous obtenons ainsi un environnement idéal pour se rétablir et des soins globaux.»



### Une santé durable

En appliquant des enveloppements/cataplasmes et des compresses, nous n'apportons pas seulement un soulagement momentané à notre enfant, mais nous aidons son petit corps à mobiliser ses propres défenses et à se soigner lui-même. Si l'organisme y parvient, il sort renforcé de la phase de maladie et pourra mieux réagir aux agents pathogènes la prochaine fois; l'évolution sera plus douce.

Exemple: mon enfant à une toux grasse et productive. Le corps réagit aux agents pathogènes qui ont pénétré dans l'organisme en produisant du mucus qui est évacué vers l'extérieur par les cils des voies respiratoires et par la toux, les éternuements et les raclements de gorge. Comment puis-je aider concrètement mon enfant avec des enveloppements et des compresses? Pour que le corps puisse expulser efficacement ce mucus visqueux, il a besoin de chaleur. Elle favorise la circulation sanguine et le métabolisme et aide ainsi à fluidifier et à mobiliser les mucosités. En outre, j'aimerais que la toux n'empêche pas l'enfant de dormir. Je choisis donc un enveloppement/cataplasme chaud à la cire d'abeille. La plaque de cire d'abeille, légèrement chauffée, est posée sur la poitrine et fait ainsi circuler les mucosités grâce à sa douce chaleur, favorise l'expectoration et calme la toux après un certain temps. Ce type d'enveloppement/cataplasme est sec et peut sans problème rester toute la nuit sur la poitrine, enveloppant l'enfant de son parfum délicat. Je peux ainsi faire quelque chose de bien pour mon enfant, ce qu'il ressent également. Il se sent pris au sérieux, bien encadré et en sécurité, son bien-être favorisé. Tout cela conduit à un sommeil paisible. Je n'ai pas fait le travail à la place du corps, mais je l'ai soutenu dans sa défense naturelle. L'organisme ne l'oublie pas, mais le petit corps conserve durablement.

### Valeurs naturelles

Parce que nous voulons protéger et entretenir la nature – l'environnement dans lequel nos enfants grandissent – nous travaillons avec des matériaux naturels et choisissons autant que possible des produits biologiques. Nous veillons à ce que les matières premières proviennent de la région.

Cela vaut aussi bien pour les substances que pour les textiles. La plupart des produits que nous proposons à la vente – comme les plaques de cire d'abeille, certaines huiles, les bandes de tissus, les coussins au noyau de cerise, etc. – sont faits à la main par nos soins. En outre, nous utilisons le moins de matériel d'emballage possible, nous renonçons en grande partie au plastique et nous recyclons les boîtes en carton et le matériel de rembourrage.

Lorsque les jours raccourcissent à nouveau, nous réfléchissons à ce que nous allons planter dans notre jardin l'année prochaine. En plus des légumes, nous pensons à des herbes qui pourraient être utilisées pour des enveloppements en cas de refroidissement, à des plantes que nous pourrions transformer en une huile soignante et à des combinaisons de fleurs que nous pourrions composer pour un coussin aux herbes.

«Pour nous, le plus beau, c'est de pouvoir récolter dans notre propre jardin, pour notre consommation personnelle, la lavande qui soulage la toux et aide à trouver un sommeil paisible.»

Un effet secondaire formidable: les enfants voient la plante pousser, ils aident peut-être même à l'entretenir et à la récolter, et ils ont ainsi déjà un accès naturel à la substance de l'enveloppement qu'on leur administre en cas de besoin.

Nous savons déjà qu'au printemps, une nouvelle plante – une consoude – viendra enrichir notre jardin. Les feuilles et les racines de consoude peuvent être appliquées sur des blessures contondantes sous forme de compresse rafraîchissantes, décongestionnantes, analgésiques et régénératrices. Un complément idéal, car nous devons souvent soigner des blessures et des contusions mineures avec nos garçons sauvages. Nous nous réjouissons déjà de planter, de cultiver, de soigner, d'essayer et, bien sûr, d'appliquer des enveloppements ou des compresses.

### Enveloppements et compresses – un bienfait pour le corps et l'âme (cours 20.01. ou 30.11.2023)

Lors de cette journée de cours, vous plongerez dans le monde des enveloppements et apprendrez à connaître et à approfondir leur diversité, leurs effets et leurs domaines d'application en théorie et en pratique.

Vous trouverez nos dates de cours (allemand) dans le programme de formation continue 2023 du vdms-asmm sous [www.vdms.ch/fr/cours](http://www.vdms.ch/fr/cours).



### Notre offre

Notre entreprise – wickelbox Sàrl – est née de notre volonté de soigner nos enfants en bonne santé dès leur plus jeune âge avec des moyens doux, naturels et simples pour les maux du quotidien. Grâce à nos formations, nous avons toutes les deux – indépendamment l'une de l'autre – été très tôt en contact avec les thèmes des enveloppements et des compresses et avons été immédiatement fascinées. Après de nombreuses expériences personnelles, nous avons créé notre entreprise et proposons depuis lors nos «boîtes d'enveloppements» à la vente. Entre-temps, la transmission de connaissances et l'initiation à la pratique dans le cadre de cours et d'ateliers en font également partie. La «boîte d'enveloppement pour nourrissons» très pratique, est équipée de tout le matériel nécessaire pour les soins quotidiens à domicile. Elle a été complétée par une «boîte d'enveloppements pour enfants» et par quelques autres boîtes à thème. Tous les produits sont disponibles sur notre boutique en ligne [www.wickelbox.ch](http://www.wickelbox.ch).

Il nous tient à cœur que les parents se sentent en sécurité et compétents dans les soins qu'ils prodiguent à leurs enfants et qu'ils sachent quelles applications sont utiles, mais aussi quelles sont leurs limites. Il n'est pas toujours nécessaire de prendre un comprimé ou d'aller chez le médecin, souvent, un simple enveloppement avec une substance choisie, la bonne température et l'attention nécessaire suffisent – et le monde a déjà l'air beaucoup mieux.

- 1 Enveloppement à la cire d'abeille
- 2 Consoude

### Bibliographie

Article spécialisé: Wickel und Kompressen für Kinder in der Erkältungszeit, ebi-forum 125/Déc. 21 ebi-pharm AG

Livre: Wickel und Kompressen für Kinder, wickelbox, 2. édition 2019

### wickelbox GmbH

Annina Both, Infirmière diplômée, spécialiste des enveloppements et des compresses, mère de famille

Rahel Domenig, Naturopathe, infirmière diplômée, assistante en pharmacie, mère de famille

3038 Kirchlintach | [www.wickelbox.ch](http://www.wickelbox.ch)