PARCOURS bien-être

ISABELLE STIÉGLER

MASSAGES BIEN-ÊTRE
Adultes, adolescents et enfants

- Après une longue expérience en entreprise, c'est à l'ARTEC (organisme de formation agréé) que j'ai appris les techniques du massage sensoriel, du massage assis et de la réflexologie plantaire. Je pratique en cabinet à Chaville et à Paris, à domicile - auprès des seniors en particulier -, en entreprise, en événementiel.
- Ce qui m'anime ? Aider autrui à aller mieux dans son corps et dans sa tête, à se sentir mieux ancré, plus centré... L'art du toucher permet de retrouver un équilibre à la fois physique, mental, émotionnel… et ce, avec un effet durable. La vie paraît ensuite plus légère, le sommeil s'en trouve facilité !
- En démo aujourd'hui, des massages assis, sur chaise : adaptés du massage thaï et de la relaxation coréenne, ce sont des massages relaxants et tonifiants tout à la fois.
- Je pratique aussi le massage sensoriel, à l'huile. D'une durée de 30, 60 ou 90 min, il permet de se poser, de se déposer, et apporte une détente profonde… de quoi repartir revitalisé !

06 88 45 28 24

http://unrdvpoursoi.fr

PARCOURS bien-être

ANNE-SYLVIE FRON

MASSAGES-REFLEXOLOGIE
Adultes, adolescents et enfants

•Professionnelle de Santé depuis 1992, je suis diplômée d'Etat de Psychomotricité, licenciée en Psychologie, passionnée par les médecines douces et praticienne en massage amma assis certifiée en 2012 : confortablement installé avec vos vêtements, bien soutenu par la chaise spécifique ergonomique : libération des tensions et détente profonde assurée grâce aux digitopressions exercées sur la partie postérieure du corps : de la tête au bas du dos, en passant par les épaules jusqu'aux mains.

•Après un cursus d'enseignement complet suivi au Canada, je pratique également la réflexologie plantaire. Ce qui stimule la circulation d'énergie, rééquilibre et relance les facultés du corps à faire face à bon nombre de maux (douleurs diverses, fatigue, troubles digestifs, du sommeil, allergies...

•J'interviens aussi dans le domaine de la relation parents-enfants : accompagnement du développement psychomoteur, massage bébé, portage, discipline positive, communication non violente.

•Grâce à mes expériences de nombreuses pratiques corporelles (Do In, méthode Feldenkrais, relaxation activo passive, Eutonie de Gerda Alexander, méditation, Kinomichi, sophrologie ludique), j'aime créer des programmes de soins individualisés au plus près des besoins de chacun. Et favoriser ainsi le mieux-être de tous, du bébé à la personne âgée.

06 50 34 05 41- annesylvie123@gmail.com

Vélizy et environs

PARCOURS bien-être

AMELIE ELDIN

REFLEXOLOGIE
Adultes, adolescents et enfants

J'ai grandi dans une famille de médecins vétérinaire et psychothérapeute holistique !

En 2001, je décide de m'orienter vers un parcours naturopathique pour répondre à mes interrogations et au suivi de santé de mon fils.

Je me forme ensuite à la réflexologie entre 2007 et 2009.

Entre 2009 et 2016, j'ai ajouté différentes approches ... la médecine énergétique chinoise, les soins thaï traditionnels, les soins énergétiques...

La vie m'a amené a également passer un degré de praticien de l'approche neurocognitive, me permettant de mieux comprendre les comportements humains et d 'accompagner avec plus d'éclairage les personnes qui viennent me voir.

Des petits aux ados, des grands aux plus âgés, mon rôle est de vous aider à réguler votre système nerveux pour améliorer tous ces maux que votre corps exprime...

L'accent sur l'équilibre nerveux et celui du système de digestif est et sera ma passion de demain.

06 32 38 76 74

Consultations sur RDV à Sèvres

3 rue Gustave Guillaumet

PARCOURS bien-être

RÉNATA KUBOVICOVA

THÉRAPEUTE CRÂNIOSACRÉE BIODYNAMIQUE & THÉRAPEUTE HOLISTIQUE INTÉGRATIVE

Diplômée en Maîtrise de psychologie clinique (Paris X), en thérapie crâniosacrée biodynamique du Karuna Institute (GB) ainsi que dans les approches psycho-corporelles : la Somatic Experiencing ® du Dr. Peter Levine (traitement des chocs traumatiques) et le NARM ®, Modèle Neuro-Affectif Relationnel du Dr. Laurence Heller (traitement des traumatismes de développement), je pratique principalement la thérapie crâniosacrée biodynamique et la thérapie holistique intégrative.

Enseignante de Chi Kong du maître Mantak Chia, j'anime des stages à Paris 11ème et 12ème.

La biodynamique crâniosacrée est une thérapie douce et profonde à la fois, qui utilise un toucher délicat. Elle a un profond impact sur le système nerveux autonome et elle réveille la capacité de votre corps à s'autoréguler. Il en résulte une profonde libération des tensions, un lâcher prise du mental et la sensation d'être enraciné, recentré et réunifié. Elle permet de vous mettre en relation avec l'essentiel en vous, un espace de profonde quiétude.

Riche de mon parcours personnel de plus de 20 ans en thérapie, méditation, mouvement et avec le toucher, je propose depuis 2012 un accompagnement global, créatif et personnalisé. C'est une joie pour moi de partager mon expérience afin d'accompagner chacun vers lui-même et vers son potentiel d'être.

Tout accompagnement que je propose a pour objectif la résolution de vos problématiques psychiques, physiques et émotionnelles par la reconnexion à l'élan vital, l'accroissement de la présence à soi, l'incarnation d'instant en instant dans le moment présent et l'intégration de tous les aspects de votre être : corps-coeur-esprit-âme dans la relation à vous-même et aux autres.

06 23 63 23 30

Consultations à Sèvres et Issy-les-Moulineaux

www.flowingintostillness.com

PARCOURS bien-être

ANNA MIASSEDOVA

YI KING

Née à Moscou, comédienne diplômée d'une prestigieuse école de théâtre et de cinéma, je découvre les pratiques taoïstes il y a 19 ans et décide de m'y consacrer en suivant des instructeurs tels que Mantak Chia et Juan Li à travers le monde.

En 2003, je commence à partager mon expérience en tant qu'enseignante. Pendant 7 ans, j'ai notamment animé des cours réguliers et des ateliers au Centre Tao, à Paris. Aujourd'hui je propose les soins taoïstes tels que le Chi Neï Tsang (massage du ventre) et les consultations en Yi King.

Le Yi King signifie « Le Livre des Changements » ou « Le Livre des Transformations », connu en Occident en tant que livre d'art divinatoire ancestral chinois, permet d'indiquer le comportement et l'attitude les plus favorables dans chaque situation de la vie.

Lors d'une consultation, quel que soit le domaine de vie sur lequel on l'interroge, la réponse du Yi King invite à développer la pleine richesse de notre potentiel en fonction des circonstances du moment. L'on dit du Yi King qu'il nous permet de contacter notre propre intelligence intuitive. Celle qui « sait tout, sur tout et depuis toujours ». Adapté à toutes les personnes, qui s'intéressent à la transformation intérieure, le YI KING est un guide, qui - dans chaque situation - tient compte de notre plus haute destinée : celle de notre complet épanouissement. C'est le meilleur coach du monde !

06 03 95 51 88

Consultations sur RDV

PARCOURS bien-être

EMILIE VAN GINKEL

NATUROPATHE, REFLEXOLOGUE, MASSEUSE – adultes, ados, enfants

. Naturopathe et masseuse certifiée par l'Institut Français des Sciences de l'Homme et l'école Azenday. Je pratique également la réflexologie plantaire et endonasale, l'auriculothérapie ainsi que les massages drainant relaxant, massages bébé et massages femme enceinte.

. La naturopathie aide à renforcer la vitalité et le potentiel d'auto-guérison par des moyens naturels. Elle apporte un soutien précieux dans l'accompagnement de nombreuses pathologies; surpoids, douleurs articulaires, troubles digestifs, problème de peau, pathologies respiratoires, insomnies, stress, douleurs chroniques...

. La consultation en naturopathie peut s'accompagner de différents soins en réflexologie et massage bien-être. Des séances de réflexologie endonasale, plantaire ou auriculaire peuvent soulager des maux ou accompagner un traitement.

. Le massage relaxant-drainant est particulièrement recommandé pour renforcer les défenses immunitaires, favoriser l'élimination des toxines, régulariser la fonction intestinale et permettre une relaxation profonde et réparatrice.

06.52.18.40.56

73 rue de Sèvres 92410 Ville d'Avray

www.emilievanginkel.com

PARCOURS bien-être

GERALDINE RAMSAY

ENERGETICIENNE, PRATICIENNE DE LA RECONNEXION - Adultes, ados, enfants

• Energéticienne – Praticienne de la Reconnexion : ensemble de nouvelles fréquences constituées d'énergie, de lumière et d'information et qui interagit aux niveaux physique, mental, émotionnel

• Sophrologue : séances de groupe basées sur la visualisation

• Animatrice d'ateliers de Tableau de Vie : ateliers créatifs en groupes

Diplômée de l'Académie de Sophrologie de Paris en 2005, j'ai découvert Eric Pearl et la Reconnexion en 2009 à Londres. Une véritable révélation sur la puissance de ces soins, que j'expérimente sur moi-même d'abord, puis en recevant ma Reconnexion. Ce qui me donne l'envie de partager ces fréquences autour de moi.

Je reçois dans mon cabinet de Chaville comme énergéticienne pour des soins reconnectifs, favorisant un retour à l'équilibre sur le physique, le psychique, l'émotionnel et le spirituel, et pour la Reconnexion, outil profond de développement personnel permettant l'accès à son Chemin de Vie.

Le Soin Reconnectif ne soigne rien en particulier. Il permet une harmonisation globale tout en favorisant la capacité d'auto-guérison. Après un petit entretien, enlevez simplement vos chaussures, allongez-vous habillé(e) sur la table, relaxez-vous, fermez les yeux et soyez tout simplement attentif(ve). Je ne vous touche pas, tout le travail se fait avec mes mains et ma présence autour de vous, sans contact. Placez votre attention dans votre corps. Certains mouvements involontaires peuvent survenir, laissez faire et observez. Après quelques minutes de soin, nous échangerons sur vos ressentis. Important : le Soin Reconnectif continuant à agir dans les heures et les jours qui suivent, attendez une semaine avant d'expérimenter d'autres pratiques énergétiques.»

06 11 97 77 16

www.geraldine-ramsay.com

PARCOURS bien-être

ISABELLE GOUTARD

ACCES BARS – SOPHROLOGUE
Adultes, adolescents et enfants

. 10 ans en tant que déléguée médicale, puis j'ai suivi une formation d'éducateur et d'écoute auprès des jeunes dans le cadre d'interventions en éducation affective et sexuelle (au lycée). Sophrologue depuis 2011 (Académie de sophrologie Caycédienne) Gestion du stress, des douleurs, des insomnies, confiance en soi ...

. Aujourd'hui, je suis Sophrologue installée à Chaville depuis 5 ans et je pratique des soins énergétiques Access Bars. Je suis également Animatrice en Yoga du rire.

Je suis Praticienne et formatrice en Technique énergétique d'Access Bars depuis 2016 . Bars signifie des " bars magnétiques" Cette technique implantée aux Etats-Unis depuis 20 ans, consiste à stimuler en douceur 32 points situés sur la tête, afin de libérer des tensions, blocages, mémoires anciennes ou encore des croyances limitantes que nous portons souvent inconsciemment.

. Chaque séance dure environ 1 heure, il en résulte un profond bien être, une énergie retrouvée, l'envie ou l'audace d'accomplir des choses, retrouver la joie. Cette séance ouvre beaucoup plus d''espace dans notre champ de conscience, nous permet de découvrir qui l'on est réellement et ouvre à d'infinies possibilités de changer sa vie.

06 22 48 82 00 - votre-temps-sophro.fr

Consultations sur RDV - 19 rue du bouquet à Chaville

PARCOURS bien-être

ANITA LENEVEU

RÉFLEXOLOGIE, KINÉSIOLOGIE, DRAINAGE LYMPHATIQUE - Adultes, ados, enfants

Après un parcours dans le marketing, commercial, je me suis orientée il y a 8 ans vers le développement personnel et le bien-être, ma vraie mission de vie. J'utilise différentes techniques pour apporter un meilleur bien-être que ce soit physique, psychique ou émotionnel.

La kinésiologie, technique psychocorporelle aide à retrouver un équilibre de vie en levant les blocages. On travaille sur la mémoire du corps à travers des tests musculaires qui vont indiquer l'origine des blocages (physiques, émotionnels, problèmes d'apprentissage); la kinésiologie s'adresse à tous, du bébé à l'adulte.

Le drainage lymphatique permet de mincir, d'améliorer la qualité de sa peau, diminuer les oedèmes, avoir une meilleure circulation mais aussi agit sur les intestins, les muscles et induit une profonde détente, donc plus de sérénité et un meilleur sommeil.

La réflexologie plantaire, chinoise ou sud-africaine, technique millénaire améliore la santé et agit sur les différents systèmes : endocrinien, lymphatique, urinaire, digestif, circulatoire et nerveux. Détente assurée.

Les Sens DU BIEN-ÊTRE

Niromathé : mise au point par des ostéopathes, cette technique travaille sur la peau et est indolore. Elle est recommandée pour tous types de douleurs (migraines, dos, articulations…) mais aussi tout ce qui concerne la sphère uro-gynéco (fuites urinaires, problèmes liés aux règles, descente d'organes…). Elle apporte de beaux résultats pour les bébés (régurgitations, pleurs nocturnes…).

06 65 06 90 43

2 rue de la Passerelle à Chaville

www.lessensdubienetre.com

PARCOURS bien-être

A. KERRIOU

SOPHROLOGIE - REFLEXOLOGIE

Depuis l'enfance, j'ai été attiré par les aspects spirituels et les techniques qui permettent de vivre pleinement et sereinement. J'ai eu la chance avec les arts martiaux, d'avoir un professeur sensible à autre chose que l'aspect technique et sportif, qui m'a apprit mes premières techniques de relaxation, de perception mentale et de méditation.

La sophrologie m'est apparue comme une évidence, après une carrière dans l'informatique. J'ai été formé à L 'E.D.H.ES (école des hautes études de sophrologie et Bioanalyse) par le Dr J-P Hubert et son équipe. L'EDHES est aujourd'hui la 1ère délégation de la Faculté Européenne de Sophrologie.

J'exerce depuis 2014 à Chaville et j'interviens également auprès d'associations comme « Action jeune » dans le cadre d'ateliers pour des collégiens en difficulté.

La sophrologie est une entreprise de connaissance : connaissance de soi, connaissance du monde, connaissance de l'autre monde. C'est la science de la conscience et de l'amélioration de celle-ci. Le Stress, les angoisses, le manque de confiance, les phobies etc, ne sont que des manifestations d'une interprétation nocive des événements qui nous arrivent. Les choses sont ce qu'elles sont, ce qui va déterminer la suite bénéfique ou néfaste de ces choses ne dépend que de nous.

La sophrologie aide à réinterpréter ce qui nous arrive et ce que nous sommes dans le but de corriger et d'améliorer. On ne peut résumer la sophrologie par la relaxation ou la respiration. Ce ne sont que des outils de la sophrologie car celle-ci va bien au-delà.

06.61.70.86.64

Consultations :9 bd de la libération à Chaville

www.sophrologue-chaville.fr

PARCOURS bien-être

SANDRINE GALLIENNE

COACH, PRATICIEN PNL

- La communication et la passion pour l'être humain ont toujours été mon moteur. En 2003, j'ai découvert Maria Montessori et co-fondé une école primaire Montessori à Montreuil, qui a 13 ans aujourd'hui. Selon M. M, pour bien grandir et s'épanouir, l'environnement doit offrir l'amour, la bienveillance, la confiance, permettre l'autonomie, la responsabilisation, la place de l'erreur dans l'apprentissage, l'expérimentation par le corps, les sens, le mouvement. Cela a ensuite guidé mon parcours personnel et professionnel.

- En 2012, je me forme au DÔJÔ, centre de formation aux métiers de la relation d'aide fondé par Jane Turner et Bernard Hévin : le coaching, la PNL, l'AT…, me permettent d'accompagner les personnes dans une approche globale : pensée, émotions, cœur, corps... Une 15aine d'années de psychothérapie et autres thérapies corporelles et familiales, ainsi que le chemin de la maladie et de la guérison enrichissent ma pratique.
- J'accompagne les personnes qui souhaitent aller vers un développement personnel et professionnel, des savoirs faire et savoirs être qui facilitent le quotidien, l'épanouissement, le bien-être, la confiance en soi, la conscience et la connaissance de soi. J'ai une sensibilité particulière pour aider les personnes à écouter et comprendre les messages de leur corps.

06 62 49 81 94

Consultations sur RDV : 30 rue A. France et 26 route du pavé des Gardes à Chaville

PARCOURS bien-être

MARTINE BULLIER

RESPIROLOGIE ET COACH SPORTIF

- J'ai une formation en Sciences et Technique des Activités Sportives, maitrise STAPS. Option danse. Ayant dispensé des cours dans diverses structures privées et associatives dans le domaine de la remise en forme, de l'enseignement secondaire, et de Centre de Formation pour Apprentis, je me suis orientée tout naturellement vers le bien-être ; pour soi et pour les autres.
- Grâce à la méthode Vital'respir, j'organise mes séances selon 4 grands axes : se concentrer, s'exprimer, se relâcher et se mettre en action.
- Je suis aujourd'hui Coach sportif à domicile sous le nom de GYMCADO, animatrice GV pour Chavill'gym .
- Je propose des séances en individuel ou en groupe, des ateliers en forêt, et des café-respiro sur réservation sur Chaville : bullier.martine@gmail.com - Facebook :gymcado

06 14 94 24 03

Facebook :gymcado

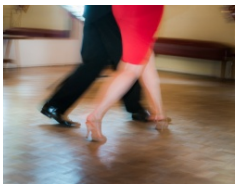
PARCOURS bien-être

PASCALE LESAUVAGE

ACCOMPAGNEMENT global en ÉDUCATION PERCEPTIVE

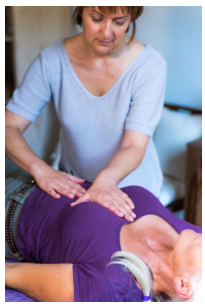
- D.U en Somato-psychopédagogie, spécialisation en Pédagogie Perceptive adaptée à l'enfant. Je pratique la Pédagogie Perceptive (en cabinet et en entreprise), méthode innovante par le toucher de fasciathérapie, le mouvement et l'entretien verbal pour agir sur les processus émotionnels, somatiques et cognitifs : soulager les tensions, harmoniser le tonus corporel, diminuer le stress, accorder corps et esprit pour un mieux-être durable. Chez l'enfant : améliorer l'attention, la confiance, l'envie d'apprendre, mieux gérer ses émotions et ses comportements, développer son autonomie. Pour le 25 mars, je propose :

- la Danse thérapie par le tango argentin sensoriel : posture et équilibre, attention, confiance, pensées et émotions positives.



- L' animation d'ateliers de méditation (approche ludique avec les enfants), de gym douce et relaxation. Accompagnement à la parentalité.

- La fasciathérapie est une méthode psycho-corporelle qui permet un accompagnement global de la personne par un toucher de relation. Ce toucher se fait par une mobilisation tissulaire des fascias "tissus conjonctifs"(peau, muscles, os, organes) dans une écoute douce et respectueuse du corps. La personne est allongée sur une table, habillée, séance d'1 heure. Ses bienfaits : libération des tensions et douleurs somatiques, relâchement, retour au calme (gestion du stress, des émotions), régulation de tous les systèmes du corps (sanguin, hormonal, liquidien), relance de la vitalité. La personne enrichit ses perceptions corporelles pour un équilibre physique et psychique. Elle est relié au présent.



- Mon expérience de manager en entreprise pendant 25 ans, associée à ma pratique de la danse et mon expertise de la Pédagogie Perceptive, m'offre des connaissances et compétences spécialisées dans les domaines du développement personnel, de la gestion du stress, de l'aide aux apprentissages, de l'accompagnement au changement et de l'animation de groupe.

06 58 15 73 92

1 route Thierry - 92410 Ville d'Avray

www.lejeparlejeu.fr