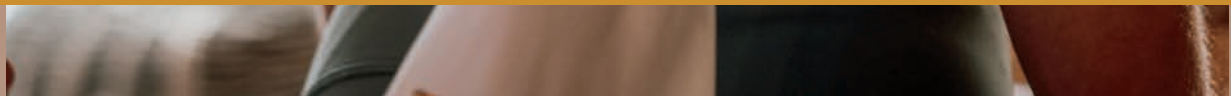


Cahier de Formation

NATUROTHÉRAPEUTE CERTIFIÉ
EN SOIN QUANTIQUE 400H

Académie de Thérapeutes
Valérie Lemelin



Créé par Ariane Vermeersch
Photos par Charles Racicot-Hébert

Académie VL © Tous droits réservés

Aucune partie de ce manuel ne peut être publiée ou reproduite, transmise ou gardée dans tout système, sous aucune forme, sans la permission par écrit de la direction de l'Académie Valérie Lemelin.



TABLE DES MATIÈRES

| | |
|---|----|
| Structure du programme..... | 5 |
| Planification des mois à venir..... | 7 |
| Module 1 : connexion au coeur, chakras & auto-soin..... | 9 |
| Auto-soin..... | 10 |
| Définition du soin, les composantes et inspirations..... | 13 |
| Objectifs de la technique et bénéfiques..... | 15 |
| Visuel chakras et alignement occiput, omoplates et hanches..... | 16 |
| Module 2 : Réflexologie, organes vitaux & entrevue pré-soin..... | 21 |
| Ondes cérébrales..... | 23 |
| Réflexologie mains et pieds..... | 25 |
| Plan de l'abdomen et organes vitaux..... | 27 |
| Plan de la colonne vertébrale et connexion spirituelle du rachis..... | 28 |
| Fiche d'entrevue pré-soin..... | 29 |
| Étapes du soin..... | 30 |
| Alignement des chakras sur table et significations..... | 33 |
| Module 3 : Soins à distance + groupe & kinésiologie holistique..... | 45 |
| Soins à distance..... | 46 |
| Recommandations post-soin..... | 47 |
| Fiche soins à distance..... | 49 |
| Kinésiologie holistique..... | 50 |
| Éveil de kundalini..... | 53 |



TABLE DES MATIÈRES

| | |
|---|-----|
| Module 3 : Termes légaux et éthique de travail..... | 59 |
| Formulaire de consentement..... | 62 |
| Module 4 : Acupression et toucher thérapeutique | 59 |
| Acupression..... | 68 |
| Toucher thérapeutique..... | 70 |
| Le grand dictionnaire des malaises et maladies..... | 71 |
| Module 6 : Réflexologie intégrale et hypnothérapie..... | 81 |
| Réflexologie intégrale..... | 83 |
| Hypnothérapie..... | 85 |
| Module 7 : Naturo, méthode d'épley et MTC | 93 |
| Naturopathie vs Naturothérapie..... | 95 |
| Manoeuvre d'Epley..... | 99 |
| MTC..... | 102 |
| Module 8 : Devenir entrepreneur thérapeute..... | 111 |
| Références..... | 126 |



STRUCTURE DU PARCOURS

La formation de 400hrs répartie sur 8 mois est accréditée par l'ACNN afin de devenir Naturothérapeute en soin quantique. Elle inclut 8 rencontres mensuelles en personne et en zoom où, théories et pratiques sont jointes afin d'offrir une expérience sur le terrain à chacun des participants.es inscrits.es.

Sujets abordés lors de la formation :

Module 1 : Technique de connexion au chakra du cœur, polarité du corps (féminin et masculin), exploration des chakras, technique de massage de base, auto-soin & libération posturale.

Module 2 : Réflexologie et organes vitaux, pratique soin (réflexologie corporel, mains & pieds), protocole: posture, chakras, organes vitaux & questions entrevue pré-soin.

Module 3 : Soins à distance, éveil de kundalini, pratique Kinésiologie Holistique et les manifestations post-soin.

Module 4 : Apprentissage des termes légaux de la pratique à utiliser et à éviter et éthique de travail/pratique.



STRUCTURE DU PARCOURS

Module 5 : Technique d'acupression, le toucher thérapeutique et utilisation du dictionnaire des maladies et des maux.

Module 6 : Reflexologie intégrale (Réflexologie Corporel, Mains, pieds) et l'hypnothérapie.

Module 7 : Naturothérapie vs naturopathie, Méthode d'Epley et la Médecine traditionnelle chinoise.

Module 8 : La pratique et préparation à l'examen & micro formation sur le lancement de son entreprise sur le web.

Le parcours sera couronné d'un examen pratique et théorique afin de valider vos acquis.



STRUCTURE DU PARCOURS

Investissement de votre part (total 400Hrs) :

- 2 journées de pratique en présentiel par mois - Total 128h
- 1 Zoom par mois pour la théorie et les questions - Total 24h
- Routine Auto-soin - Total 50h sur 8 mois
- Devoirs pratiques sur personnes tierces et à distance - Total 120h
- Examen pratique & théorique pour finaliser le cursus - Total 6h
- 1 journée de soin pratique client, afin de recevoir du "feed back" de "Sage" VL - Total 8h
- Mardi Zoom thérapeutes certifiés Mentoring - Total 4h

Calendrier des mois à venir et dates :

Zoom #1 : _____

Weekend en présentiel #1 : _____

Zoom #2 : _____

Weekend en présentiel #2 : _____

Zoom #3 : _____

Weekend en présentiel #3 : _____

Zoom #4 : _____

Weekend en présentiel #4 : _____



STRUCTURE DU PARCOURS

Calendrier des mois à venir et dates (suite) :

Zoom #5 : _____

Weekend en présentiel #5 : _____

Zoom #6 : _____

Weekend en présentiel #6 : _____

Zoom #7 : _____

Weekend en présentiel #7 : _____

Zoom #8 : _____

Weekend en présentiel #8 : _____

Mon binôme est : _____



1

CONNEXION AU COEUR,
CHAKRAS, AUTO-SOIN
& TECHNIQUE DE BASE



MODULE #1 :

Plan de cours :

- Pourquoi créer une nouvelle technique
- Objectifs du programme, structure et implication
- Le cheminement : défis rencontrés et les stratégies
- Introduction au massage énergétique : définition, composantes, bénéfiques, kit 101 du thérapeute & outils de références
- Connexion au coeur : debout ou assis, yeux fermés et regard à 45 degrés, main au coeur/sternum
- Auto-massage : Étapes à suivre, vidéo explicative, tableau de bord pour suivre son évolution et ses observations
- Devoirs

Kit 101 du thérapeute : Table de massage, draps de massage, clip board & dictionnaire des malaises et des maladies de Jacques Martel



MODULE #1 :

Plan de cours :

- La connexion au coeur
- Retour sur la matière de l'auto-soin
- Les chakras ainsi que leurs fonctions
- Introduction à la technique : alignement de la posture, pratique et explication des différents moyens de libération
- Accompagner la respiration (expire et inspire)
- Outils complémentaires de libération : nature, méditation, sport, musique, chant, danse, écriture, etc.
- Éthique du thérapeute : définir ton cadre, établir tes limites, prise de rdv, politique d'annulation, remboursement et don't fuck with the payroll
- Masser une personne du sexe opposé & aborder les situations délicates
- Devoirs

THÉORIES

L'AUTO-SOIN :

Un soin quantique unique que l'on s'offre à soi qui est basé sur le "breathwork", l'hypnose, la réflexologie corporelle, l'Accupression, la Kinésiologie holistique, un soupçon de posturologie et le "Quantique". En libérant les mémoires négatives, le corps peut s'auto-guérir plus facilement.

Les bienfaits :

- Reprendre son plein pouvoir d'auto-guérison
- Transcender le passé pour passer de la victime à la personne expérimentée
- Se connecter à son cœur
- S'offrir un moment de self love

Autres informations pertinentes :

- Du haut du corps vers le bas si fait en entièreté, sinon travailler seulement la région à libérer
- Inspirer et expirer, ajouter un peu plus de pression lors du massage à l'expiration afin de libérer les tensions
- De 5 à 30 mins
- Conseiller de le faire en tant que thérapeute à chaque jour pour une hygiène énergétique, plus on est libéré, plus on est capable d'être un canal clair pour aider les autres
- Nous pouvons l'enseigner simplement à nos clients afin qu'ils puissent continuer le processus de libérer à la maison afin de reprendre leur plein pouvoir d'auto-guérison
- Vidéo disponible de l'auto-massage sur la chaîne YouTube «By Intuition» de Valérie

THÉORIES

LA DÉFINITION DU SOIN QUANTIQUE

Le soin quantique permet de libérer les blocages énergétiques et les tensions de la personne en utilisant une technique harmonisant le souffle au mouvement afin d'harmoniser les chakras, les organes et la périphérie du corps.

LA CONNEXION AU COEUR

La connexion au coeur est la connexion avec le moment présent, la porte d'accès au quantique (c'est l'univers où tout est possible (conscience universelle) - la non-énergie/non-manifeste). C'est un espace de pureté et de bonnes intentions.

Comment se connecter au coeur?

- Main sur le sternum, au centre du chakra du coeur
- Inspire et expire en posture assise ou debout
- Yeux fermés pour la connexion à soi
- Trouver cet espace et cette connexion (3 pouces plus bas que le centre)

THÉORIES

LES 5 PRINCIPES DU SOIN :

- La connexion cœur à cœur : Quantique, afin de connecter au moment présent ou réside tout l'univers de tous les possibles.
- L'intention : Donner permission au corps la libération le passé, redonner le pouvoir de d'auto-guérison au client.
- La respiration : le breathwork du client et du thérapeute. Créer de l'espace pour du nouveau. Expiration: Lâcher prise, libération, détente.
- L'état d'hypnose (yeux à 45 degrés vers le haut et voix douce) : Afin de permettre le regard vers soi. Onde thêta, entre le sommeil et la réalité pour permettre la connexion au subconscient.
- L'accès au quantique à travers l'état de lâcher prise & la non-énergie
 - Dans l'ici et maintenant (moment présent) et l'état de lâcher prise nous accédons à l'univers des possibles!
 - Sur la table nous ne sommes pas dans le mouvement, mais bien dans le quantique (la non-énergie, veut dire le point zéro).

LES INSPIRATIONS DE LA TECHNIQUE :

- Réflexologie
- Breathwork - Inspiration par le nez, expiration par la bouche. Il s'agit d'une approche participative du client - la respiration donne permission.
- Énergie quantique
- Hypnose - Amener les gens dans une zone thêta
- Chamanisme: Terre/cœur/ciel (Enracinement)
- Kinésiologie holistique
- Médecine chinoise
- Posturologie
- Acupression

THÉORIES

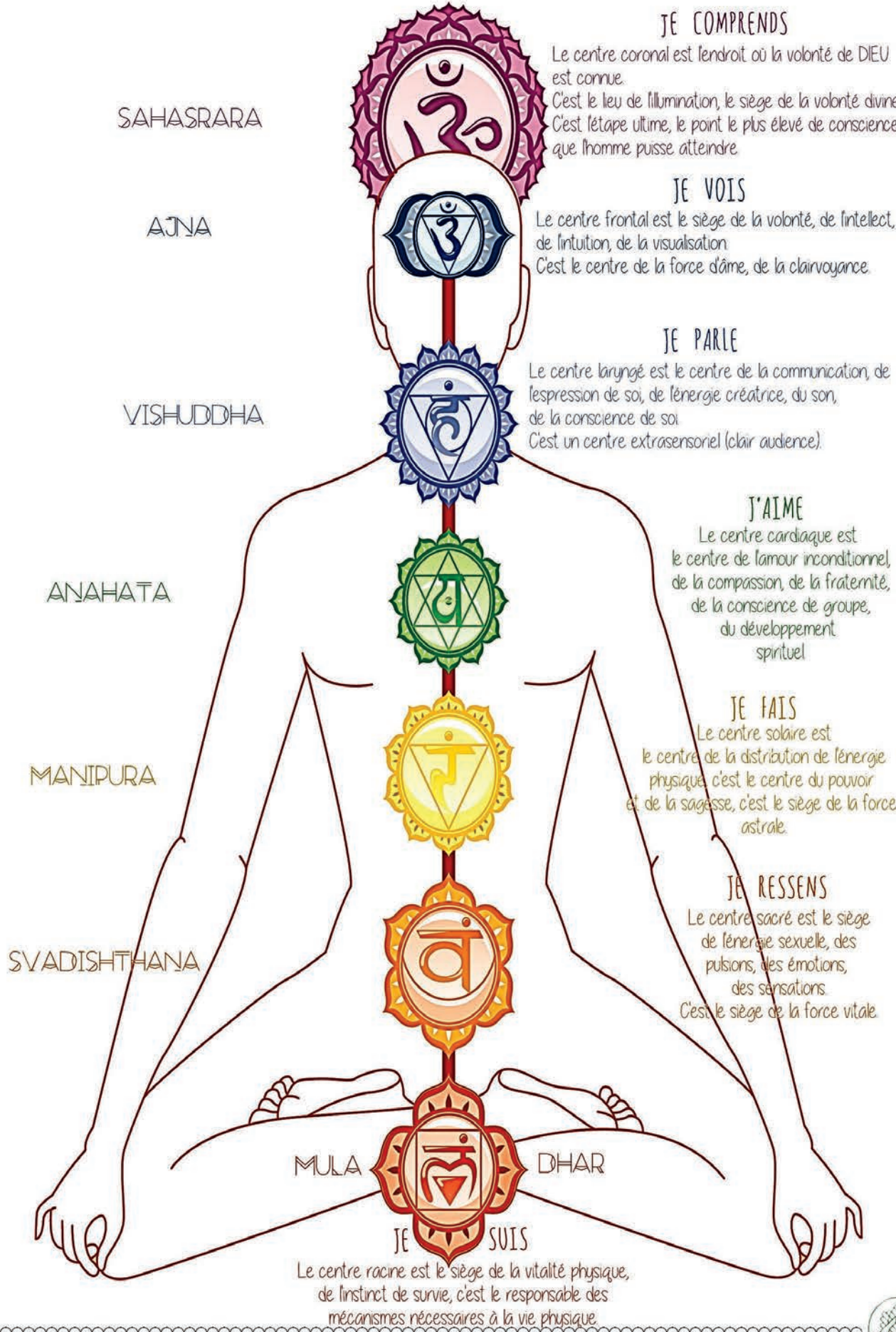
OBJECTIFS DE LA TECHNIQUE :

- Offrir/s'offrir un moment de self love et prendre soin de soi
- S'enraciner dans le moment présent et par conséquent être dans son cœur
- Arrêter de remettre son pouvoir aux situations de la vie qui nous font souffrir
- Retrouver vitalité et énergie afin de bâtir une vie alignée
- Reprendre son plein pouvoir ; ne plus se laisser mener par les peurs
- Pardoner pour engendrer une transformation positive et profonde
- Délaisser le rôle de victime pour devenir une personne expérimentée face aux défis rencontrés
- Transcender les moments difficiles de la vie

LES BÉNÉFICES :

- Correction des problèmes posturaux
- Transcender les blocages énergétiques dans le corps et les émotions
- Soulagement des douleurs physiques et émotionnelles
- Diminution du stress et sensation accrue de bien-être intérieur
- Élimination des toxines accumulées dans le corps
- Renforcement et accélération du processus naturel d'autoguérison





Le centre coronal est l'endroit où la volonté de DIEU est connue.
C'est le lieu de l'illumination, le siège de la volonté divine.
C'est l'étape ultime, le point le plus élevé de conscience que l'homme puisse atteindre.

Le centre frontal est le siège de la volonté, de l'intellect, de l'intuition, de la visualisation.
C'est le centre de la force d'âme, de la clairvoyance.

Le centre laryngé est le centre de la communication, de l'expression de soi, de l'énergie créatrice, du son, de la conscience de soi.
C'est un centre extrasensoriel (clair audiente).

Le centre cardiaque est le centre de l'amour inconditionnel, de la compassion, de la fraternité, de la conscience de groupe, du développement spirituel.

Le centre solaire est le centre de la distribution de l'énergie physique, c'est le centre du pouvoir et de la sagesse, c'est le siège de la force astrale.

Le centre sacré est le siège de l'énergie sexuelle, des pulsions, des émotions, des sensations.
C'est le siège de la force vitale.

Le centre racine est le siège de la vitalité physique, de l'instinct de survie, c'est le responsable des mécanismes nécessaires à la vie physique.



Occiput

Omoplates

Hanches

NOTES

NOTES

NOTES



2

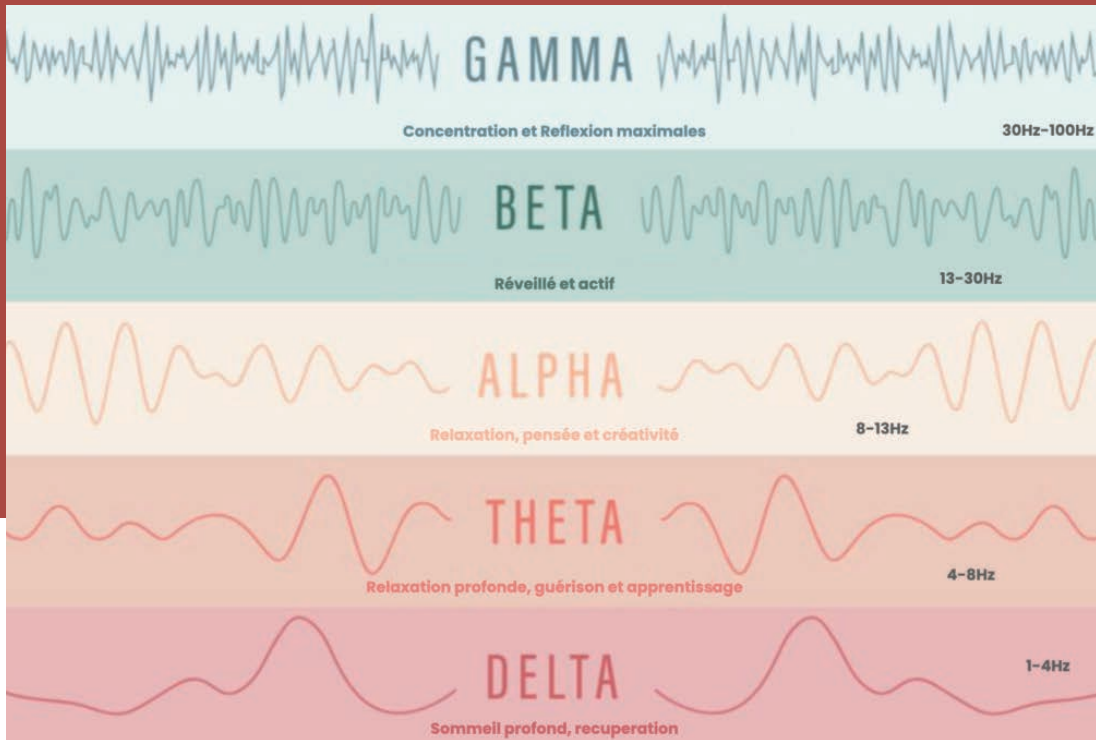
HYPNOSE. RÉFLEXOLOGIE.
ORGANES VITAUX. ENTREVUE
PRÉ-SOIN



MODULE #2 :

Plan de cours :

- Questionnaire pré-soin
- Introduction à la réflexologie : Énergie yin (gauche), énergie yang (droit), mémoires associées aux bras, mains et pieds, points reliés aux chakras et leur localisation, pratique et identification de la douleur
- Hypnose (état modifié de conscience- porte d'entrée pour aller modifier l'inconscient) - Ton de voix à adopter + État de transe
- Théta
- Explication du breathwork
- Réflexologie : bras, mains & pieds
- Organes vitaux : Évaluation de l'abdomen ainsi que du niveau de douleur
- Exploration des étapes du soin 6 à 9
- Devoirs



ONDES GAMMA (30-100HZ) :

La fréquence des ondes Gamma est la plus élevée de toutes. Elles sont associées à un état de concentration maximale.

ONDES BETA (13-30 HZ) :

C'est un état de vigilance et d'éveil dans lequel nous passons une majeure partie de notre quotidien. Notre cerveau fonctionne aussi dans cette intervalle de fréquences lorsque nous ressentons des émotions négatives, de la frustration et/ou de la peur.

ONDES ALPHA (8-13 HZ) :

Elles sont associées à un état de créativité, d'imagination et de pensée. C'est un état d'intuition. Nous fonctionnons aussi à ces fréquences lors de la relaxation, du repos et des rêves diurnes. C'est un état d'apprentissage optimal. Cette catégorie d'ondes est observée également lors de la méditation.

THÉORIES

ONDES THETA (4-8 HZ) : * L'état d'hypnose dans laquelle on veut amener le client *

Relaxation profonde, guérison et apprentissage. À ce moment, vous pouvez réinventer votre vie, vous projeter dans des situations futures et reprogrammer les histoires du passé. On parle de visualisation. Très utilisé dans le domaine du sport de haut niveau, cet état est idéal pour résoudre les problèmes ou mieux gérer certaines situations à venir. Cela correspond aux quelques secondes où nous sommes entre éveil et sommeil.

ONDES DELTA (1-4 HZ) :

Ce sont les ondes les plus lentes. Elles sont générées au cours de la phase de sommeil profond. C'est le domaine de l'inconscient. Les nouveaux-nés fonctionnent en onde delta constamment d'où leur besoin de dormir souvent.

L'HYPNOSE :

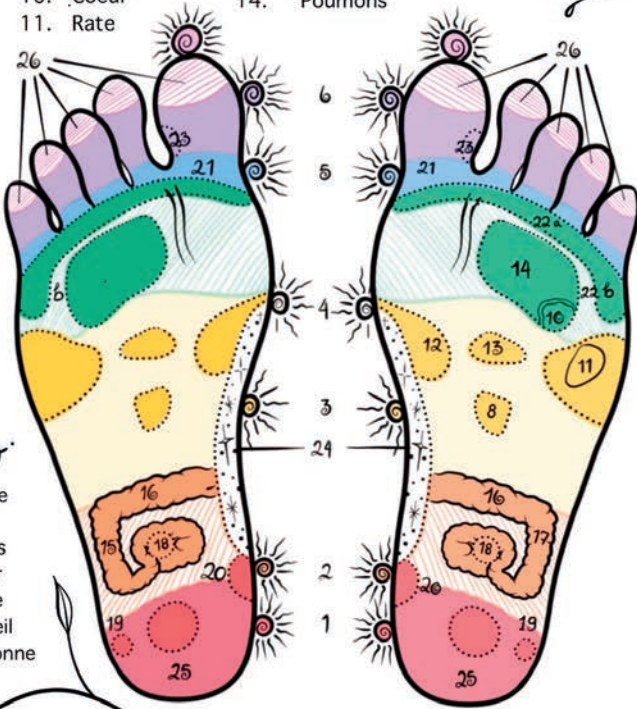
Comment faire pour amener l'état de transe (hypnose) dans votre soin ?

- Connexion au cœur
- Yeux qui regarde à 45 degrés vers le bas
- Ralentissement de la respiration
- Inspiration longue par le nez
- Expiration longue par la bouche
- Le ton de voix: parler en douceur comme si on allait border un enfant

RÉFLEXOLOGIE DES PIEDS

Organes:

- | | |
|-----------|--------------|
| 8. Reins | 12. Estomac |
| 9. Foie | 13. Pancréas |
| 10. Coeur | 14. Poumons |
| 11. Rate | |



Chakras:

1. Racine
2. Hara
3. Plexus
4. Coeur
5. Gorge
6. 3e Oeil
7. Couronne

Autres Points:

15. Côlon ascendant
16. Côlon transverse
17. Côlon descendant
18. Intestin grêle
19. Nerf sciatique
20. Vessie
21. Nuque
22. Ligne cou (a)
Ligne épaule (b)
23. Gorge
24. Colonne vertébrale
25. Talon/genou/bassin/jambe
26. Cerveau



·:RÉFLEXOLOGIE DES MAINS:·

Chakras:

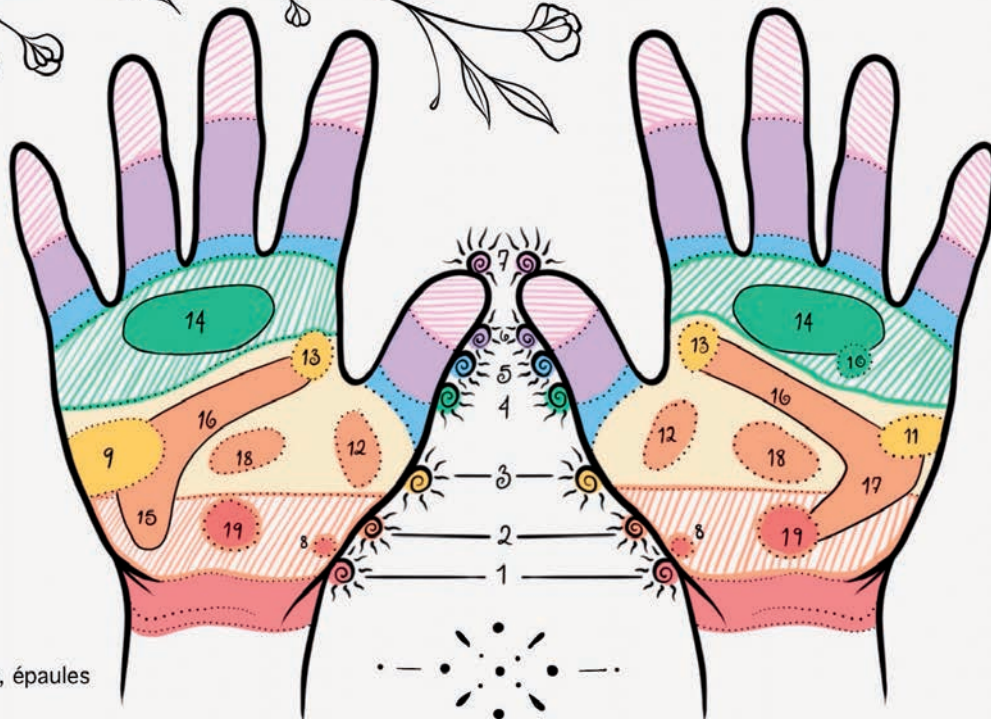
1. Racine
2. Hara
3. Plexus
4. Coeur
5. Gorge
6. 3e Oeil
7. Couronne

Organes:

8. Reins
9. Foie
10. Coeur
11. Rate
12. Estomac
13. Pancréas
14. Poumons

Autres Points:

15. Côlon ascendant
16. Côlon transverse
17. Côlon descendant
18. Intestin grêle
19. Poignets, bras, coudes, épaules



THÉORIES

RÉFLEXOLOGIE : La réflexologie est une technique manuelle douce qui part du principe que nos pieds et nos mains constituent des représentations miroir de notre corps. Il y a aussi la réflexologie corporelle qui sera expliqué dans les prochains modules.

-> Explications et position :

- **Les pieds : reliés au passé (Mémoire de 0 à 12 ans)**

1. Tester les points de réflexologie sur les pieds des 7 chakras (voir la carte de réflexologie) avec votre pouce : faire une bonne pression pour noter le degré de douleur sur 10 de votre client.

Échelle de douleur :

0 = aucune douleur à libérer

1 à 2 = Très léger inconfort

2 à 3 = Léger inconfort

4 à 6 = Ça gosse ! Mais c'est tolérable

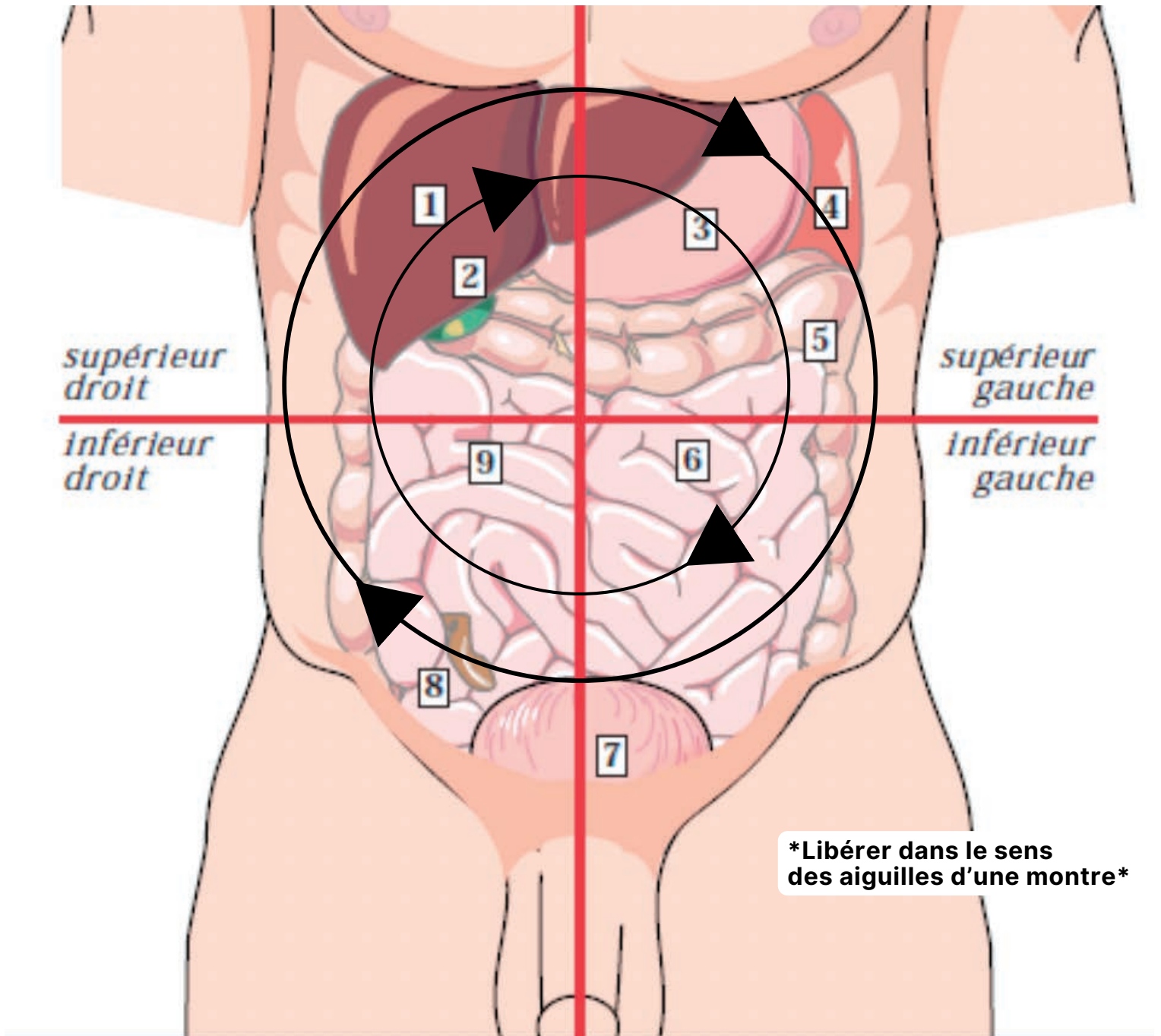
7 à 8 = Ouach! Il y a quelque chose ici.

9 à 10 = Ça fait mal! Le client sursaute parfois à ces endroits là.

Faire le test suite à la libération pour voir si elle a été faite avec succès.

- **Les mains : relier aux visions du futur**

- **Organes vitaux ventre: dessin 2 cercles et 1 point milieu** (voir visuel page suivante) : Tester le Grand cercle et tester le petit cercle et établir et les points d'inconfort et les libérer à l'aide du massage léger et de la respiration.



Libérer dans le sens des aiguilles d'une montre

Légende:

1 foie
2 vésicule biliaire

8 appendice
9 intestin grêle



3 estomac
4 rate
5 gros intestin

6 intestin grêle

Connexion Somatique et Spirituelle du Rachis

Par Yann Yvinec



| | |
|-----|--|
| C1 | Autonomie " Je m'aime, je suis ma propre mère" |
| C2 | Transformation "Je suis mon propre père" |
| C3 | Oser se dire "J'exprime mon être, ma joie" |
| C4 | Affirmer son identité "Je suis unique" |
| C5 | Centrage, Présence, Respect de soi |
| C6 | Partage, Amour "Je m'ouvre aux autres" |
| C7 | Responsabilité, Discipline, Réalisation |
| T1 | Gratitude, Simplicité, Pardon |
| T2 | Problématique de dépendance |
| T3 | Refus d'évoluer, d'accueillir le nouveau |
| T4 | Peine à exprimer ses émotions, Honte |
| T5 | Problématique d'identité, Être soi |
| T6 | Problématique de limites émotionnelles |
| T7 | Problématique de liens aux autres |
| T8 | Problématique d'injustice |
| T9 | Problématique de rejet, Culpabilité |
| T10 | Souffrance d'Abandon |
| T11 | Souffrance de Mort, Choc, Traumatisme |
| T12 | Difficulté pour avancer dans la vie |
| L1 | Identité corporelle, Genre |
| L2 | Décentré, Manque d'équilibre |
| L3 | Souffrance relationnelle |
| L4 | Se porter soi-même, Réalisation concrète |
| L5 | Aimer son corps, Se libérer du passé |
| S1 | Liens avec notre famille d'âmes |
| S2 | Centre de notre divinité créatrice |
| S3 | Centre de notre corps, notre Hara |
| S4 | Inconscient familial, Génétique |
| S5 | Liens avec la terre, Animalité |
| Co | Acceptation de notre incarnation |

Infos sur les soins à distance d'Ostéodouce :
www.terapix.wixsite.com/corpsenharmonie

ACADÉMIE VALÉRIE LEMELIN

Fiche de suivi détaillé d'un client - Soins en personne

| | |
|------------------------|---------------------|
| Nom du client : | Date : |
| Nom de l'étudiant : | Hr début séance : |
| Hr fin de séance : | Soin : ____ de ____ |
| Durée de la séance : | |
| Cumulatif des heures : | |

Étape 1 : Intro du thérapeute **Étape 2 : Questions (3)**

| |
|--|
| Décrivez brièvement l'état du client avant la séance (ex : physique, posture, émotionnel/mental, etc.) |
| Intention du soin/client : |
| Douleurs, maladies, opérations, accidents : |
| |
| |
| |
| |

Étape 3 : Explication du soin (Étape 1 à 3 : 15 mins) **Étape 4 : Posture debout (10 à 15 mins)**

| |
|---|
| Décrivez brièvement l'état de la région (ex: alignement, tension, etc.) |
| Occiput/cou : |
| |
| Omoplates : |
| |
| Hanches : |
| |

Étape 5 : Soins sur table (sur le dos) - 30 à 35 mins

| | | | | |
|---|-------------------|------------------|-------------------|------------------|
| Veuillez inscrire le seuil de douleur ou d'inconfort : 0 à 10 (0 : pas de douleur / 10 : douleur intense) | | | | |
| | Avant la séance | | Après la séance | |
| Chakras | Zones corporelles | Points des pieds | Zones corporelles | Points des pieds |
| Racine | | | | |
| Hara - Sacré | | | | |
| Plexus Solaire | | | | |
| Cœur | | | | |
| Gorge | | | | |
| 3e œil | | | | |
| Couronne | | | | |

Étape 6 : Jambes + pieds (15 mins) **Étape 7 : Ventre (organes vitaux - 5 à 10 min)**

Étape 8 : Bras & mains (5 à 10 mins) **Étape 9 : Demander s'il reste une tension + Harmonisation (haut vers bas)**

THÉORIES

ÉTAPES DU SOIN

0. SOMMAIRE

Décortiquer de A à Z le soin dans toutes ses étapes:

-» 15 à 30 mins pour les étapes 1 à 3

- Étape 1 : Intro thérapeute (15 à 30 min)
- Étape 2 : Questions (3)
- Étape 3 : Explications avant soin: toucher, posture, coucher sur le dos

-» 15 mins pour l'étape 4

- Étape 4 : Posture (debout)

-» Reste du temps pour les étapes 5 à 9

- Étape 5 : Coucher sur le dos (le reste du temps du soin), débuter par la tête et aller vers le bas et arrêt au psoas
- Étape 6 : Bras + mains
- Étape 7 : Jambes + pieds
- Étape 8 : Ventre
- Étape 9 : Harmonisation

THÉORIES

1.INTRODUCTION DU THÉRAPEUTE + DU SOIN QUANTIQUE

- Mot de bienvenue : s'introduire, introduire la technique et ses objectifs :
 - Les chakras sont des centres énergétiques qui alimentent l'ensemble de nos organes
 - Ce soin te permettra de relâcher les tensions, les douleurs et d'adoucir les déséquilibres
 - Permet la création d'espaces et la reprise du pouvoir de libération afin d'activer l'autoguérison
- Expliquer la structure du soin : Alignement de la posture et massage sur la table
- La respiration continue :
 - Longue inspiration par le nez et longue expiration par la bouche (Lâcher prise)
 - Par la respiration, le client te permet et se permet de s'aider et de faciliter/accélérer le processus de relâchement des mémoires qui ne lui servent plus
- Manifestation de la libération sur toutes ses formes : transpiration, rire, pleurs, sueur, shaking, vouloir émettre des sons/crie, etc.

***«Mon coeur est pur et bien intentionné et à travers tout le soin,
je suis là pour t'accompagner»***

THÉORIES

2. QUESTIONS PRÉ-SOIN

- Entrevue de départ : + longue pour apprendre à connaître le client (prévoir une session de 1h30)
- Deuxième soin et les suivants : Peuvent être plus rapides et straight to the point
- Questions pré-soin (3) :
 - Quel est ton motif de consultation & ton intention pour ce soin?
 - As-tu déjà eu des opérations et/ou accidents que je dois prendre en compte?
 - As-tu des douleurs actuellement, des endroits que tu préfères que je ne touche pas?
- Demander la permission du client à travailler énergétiquement avec lui/elle. Connecter avec mon énergie de support, énergie plus yin (maternelle) afin d'être à l'écoute et d'être dans la présence.

THÉORIES

3.ALIGNEMENT DE LA POSTURE DEBOUT

1.Connexion au coeur du thérapeute et du client :

- Guider l'inspire et l'expire avec une voix douce
- Fermer les yeux et lever le regard à 45 degrés
- Main sur le sternum

2.Alignement de la posture debout (5 à 10 mins max)

- Regarder l'alignement occiput, omoplates et hanches
- Favoriser le réalignement avec l'inspire et l'expire + le massage

4.ALIGNEMENT DES CHAKRAS SUR TABLE

1.CHAKRA CORONAL (SAHASRARA)

- Masser le dessus de la tête
- Masser le chakra couronne avec deux doigts pour activer et libérer celui-ci afin d'aider à la circulation d'énergie
- Utiliser ses doigts pour explorer les points de tension sur le dessus de la tête - masser circulairement.
- Continuer à explorer l'ensemble de la région crânienne

THÉORIES

ALIGNEMENT DES CHAKRAS SUR TABLE (SUITE)

- **Ce chakra nous permet de :**
 - Connecter à l'au-delà et à l'univers où tout est possible
 - Reconnaître l'être divin que l'on est et être connecté avec ce dernier
 - S'ouvrir à notre spiritualité
 - Se sentir moins rigide intellectuellement
 - Accroître notre lucidité
 - Méditer plus profondément
- **Rassurer ses clients durant les soins**
 - D'aller à leur rythme
 - Émettre l'intention de se choisir
 - Demander à l'énergie quel message doit être envoyé à cette personne

2. CHAKRA DU 3EME OEUIL (AJNA)

- Masser circulairement ou faire du tapping avec le bout des doigts afin de libérer le front, les tempes, le nez et les sourcils
 - La présence de reliefs au niveau des sourcils indique souvent l'incapacité du client à libérer avec les pleurs et l'accumulation des larmes. Masser cette région en pinçant légèrement l'arcade sourcilière peut aider à libérer.
- **Ce chakra nous permet :**
 - d'incarner la sagesse et réconcilier les facultés sensibles (l'intuition) et intellectuelles (le savoir)
 - d'avoir une clarté (clairvoyance) sur les situations de la vie

THÉORIES

ALIGNEMENT DES CHAKRAS SUR TABLE (SUITE)

3. CHAKRA DE LA GORGE (Visuddha)

Régions à masser :

Les mâchoires

- Entre-ouvrir la mâchoire pour venir masser en profondeur le contour jusqu'aux oreilles, utiliser vos doigts pour aller en dessous et pincer légèrement
- Lorsqu'il y a beaucoup de tensions, il y a potentiellement beaucoup de choses que la personne n'a pas osé dire; parler dans sa vérité.

Les oreilles

- Faire le tour des oreilles devant les tympans et jusque derrière.
- Ceci nous permet d'entendre ce qui nous est dit et non d'interpréter à notre manière le message de notre interlocuteur.
- Peut indiquer qu'une personne n'est pas prête à entendre certains messages
- Acouphène : utiliser les pouces à l'intérieur des oreilles (ce qu'on ne veut pas entendre) // Otites : on ne veut pas entendre quelque chose ex : parents qui crient beaucoup

THÉORIES

ALIGNEMENT DES CHAKRAS SUR TABLE (SUITE)

3. CHAKRA DE LA GORGE (Visuddha)

Régions à masser :

Le cou

- Utiliser le pouce et l'index pour pincer les muscles du cou. Allez-y en douceur.
- Utiliser les doigts pour appuyer derrière la nuque (occiput)
- La bosse de bison peut indiquer un trop grand souci de performance

Le gorgoton

- Bouger le gorgoton de gauche à droite et de haut en bas (peut chatouiller ou faire tousser)
- Ce sont des vieilles paroles que nous avons ravalé qui se libèrent
- Peut aider à parler de manière plus fluide, dans notre vérité et surtout exprimer nos opinions, ce qu'on ressent et ce dont nous avons besoin avec grâce
- Permet de parler non violemment et avec amour

Les clavicules & trapèzes

- Prendre le bout des doigts ou les pouces pour décharger les clavicules
- Permet de laisser aller les émotions accumulées
- Libérer les trapèzes de cette pression de performance, enlever des épaules le poids de la comparaison

THÉORIES

ALIGNEMENT DES CHAKRAS SUR TABLE (SUITE)

4. CHAKRA DU COEUR (Anahata)

Régions à masser :

La région du coeur (sternum)

- Mettre les mains à plat sur votre poitrine au-dessus des seins et dégager le cœur vers les côtés + points de réflexologie sur le sternum
- Masser le cœur de manière circulaire en utilisant la paume de votre main gauche ou droite - ce qui est le plus confortable
- Permet de libérer de la peur de ne pas être aimé et des blessures d'abandon, de rejet, d'humiliation, de trahison et d'injustice
- Respirer profondément afin de lâcher prise et de réellement se défaire de ces objets/ce poids qu'on accumule énergétiquement
- S'aimer d'abord est la clé pour connecter en profondeur à soi et aux autres.

Les aisselles (devant et derrière) - la porte de sortie du cœur!

- Utiliser les pouces pour appuyer à l'intérieur à l'avant et à l'arrière des aisselles tout en guidant la respiration consciente

THÉORIES

ALIGNEMENT DES CHAKRAS SUR TABLE (SUITE)

5. CHAKRA DU PLEXUS SOLAIRE (Manipura)

Régions à masser :

Le V inversé de la cage thoracique - au niveau du diaphragme

- Utiliser les deux mains pour faire des mouvements de gauche à droite dans le V du sternum, longer les côtes
- Aller un peu en dessous pour masser le plexus solaire pour décoller les tensions sous les côtes ce qui permet d'activer le foie, la rate et les différents organes vitaux importants
- Peut également masser jusqu'à l'arrière du dos à la même hauteur
- Fonction : Capacité à raviver le feu et de passer à l'action

Les côtes

- Utiliser les doigts pour passer entre les côtes
- Permet de libérer les tensions et surtout la tristesse accumulée
- Selon la médecine chinoise, les côtes seraient reliées à la tristesse accumulée

THÉORIES

ALIGNEMENT DES CHAKRAS SUR TABLE (SUITE)

6. CHAKRA SACRÉ (Svadhithana)

Régions à masser :

Le ventre

- Selon la médecine chinoise, il s'y cache tout ce que nous avons ravalé et non digéré (cerveau émotionnel)
- Utiliser les mains/bout des doigts pour masser le ventre
- Vous pouvez bercer de gauche à droite si cela vous aide à libérer et que cela vous garde en mouvement
- Cela permettra d'activer la circulation, la digestion, le système lymphatique et la detoxication des différents organes
- Ex, Selon la médecine chinoise : Le foie – colère accumulée (crier, frapper à terre, etc.), la rate – rage – notre capacité à reconnecter avec notre joie de vivre – se dilater la rate en riant est le meilleur «remède»!

Le nombril

- Masser autour du nombril de manière circulaire tout en regardant les manifestations de douleur du client
- Si ce chakra est bloqué cela pourrait vouloir dire un manque de créativité, confiance en soi, passion

THÉORIES

ALIGNEMENT DES CHAKRAS SUR TABLE (SUITE)

7. CHAKRA RACINE (Muladhara)

Régions à masser :

Les hanches et le haut des fessiers

- Déposer les mains sur les hanches et bouger de gauche à droite pour simplement activer l'énergie
- Utiliser les pouces et les poings pour faire des lignes ou des ronds pour déloger les tensions des hanches
- Enlever les peurs qui vous empêchent d'avancer
- Raison de la non-circulation : Besoin de sécurité, dépendance affective, peur du manque, de perdre, de mourir, trahison, jalousie, besoins de base : argent, logement, nourriture, etc.
- Selon la médecine chinoise, si les hanches sont bloquées, cela serait reliée aux peurs accumulées.

Les aines

- Masser les pouces pour aller masser l'intérieur des aines
- Permet de retrouver sa force solide tel un arbre

ALIGNEMENT DU RESTE DU CORPS

6. Les bras & les mains

7. Les jambes & les pieds : Bandelettes, genoux et points de réflexologie

8. Le ventre et les organes vitaux

9. Demander s'il reste une tension et faire l'harmonisation des chakras

THÉORIES

CONSIGNES POST-SOIN

Voir vidéo de Val et/ou vous en faire un personnalisé pour vos clients.

Recommandations :

- Boire beaucoup d'eau
- Repos complet et bonne aération de la pièce lors du sommeil
- Effectuez des exercices légers afin d'aider la circulation et l'élimination des toxines : marche, natation, yoga, exercices d'étirement et de respiration sont recommandés
- Mangez légèrement et sainement en évitant toute nourriture d'origine animale, les gras, les produits laitiers, les sucreries et la nourriture raffinée
- Gardez-vous au chaud et évitez les températures extrêmes

Rassurer sur les manifestations post-soin de libération :

- Zenitude
- Transpiration plus abondante
- Pleurs
- Nuits et rêves plus agités
- Corps endolori

Stratégies pour poursuivre la libération post-soin :

- Crier dans un coussin
- Méditation, yoga et étirements
- L'art et la danse
- Écriture intuitive
- Breathwork
- Marche en nature et ancrage à la terre

NOTES

NOTES



3 SOIN À DISTANCE, KINÉSIOLOGIE HOLISTIQUE, KUNDALINI ET MANIFESTATIONS POST-SOIN



MODULE #3 :

Plan de cours :

- Explication du soin à distance
- Pratique de soin à distance sur un binôme (2 par 2)
- Manifestations post-soin (crise de «guérison»)
- Recommandations post-soin
- La kinésiologie holistique, par Louisage Venne-Landry
- Éveil de kundalini
- Devoirs

THÉORIES

Soin à distance - 15 minutes d'échange et 45 minutes auto-massage libération

- Par vidéo, laisser la caméra allumée (sur Zoom, teams, facetime, messenger)
- Entrevue brise glace (vos 3 questions)
- Intention + explications du soin
- S'installer confortablement et débiter
- Connexion au coeur et faire le soin à distance
- Auto-massage et verbaliser comment je me sens
- Écouter le ressenti, si je ressens des maux c'est la qu'il faut libérer
- Harmonisation
- Partages et échange
- Recommandations post-soin : boire beaucoup d'eau...

Manifestations post-soin

L'Académie de thérapeutes Valérie Lemelin® donne des résultats considérables pour la majorité des gens, mais ne garantit pas l'atteinte de mes objectifs et cela pourrait possiblement amener des effets sur une courte durée.

En médecine alternative, nous constatons que lorsque le corps se détoxifie, c'est-à-dire, lorsqu'il s'auto-nettoie, il peut survenir, ce qu'on appelle le phénomène des "épisodes d'autoguérison". Lors de ce processus, le corps pourra éprouver pendant un certain temps certains malaises.

THÉORIES

Voici quelques-uns des manifestations post-soin qui pourraient être éprouvés lors de ce processus :

- une plus grande zénitude ou fatigue générale;
- des démangeaisons, des maux de tête, une douleur au bas du dos, aux articulations;
- une miction plus fréquente, de la diarrhée ou de la constipation;
- de la fièvre nocturne ou une sensation de froid;
- hypersensibilité du corps à ressentir plus;
- une transpiration soudaine, de mauvaises odeurs, une recrudescence de boutons d'acné ou de toutes sortes de boutons;
- un arrêt temporaire des menstruations, une diminution du désir sexuel;
- une soudaine irritabilité, des rêves agités et épuisants, etc.

Chaque épisode de manifestation post-soin est suivi par une augmentation de vitalité et un sentiment de mieux-être. Si d'autres manifestations ou si les manifestations persistent, il est recommandé d'inviter son client à vous recontacter et/ou à consulter son médecin.

Recommandations post-soin

- Buvez beaucoup d'eau pure
- Un repos complet : dormez autant que possible avec une bonne aération de la pièce
- Effectuez des exercices légers afin d'aider la circulation et l'élimination des toxines : marche, natation, yoga, exercices d'étirement et de respiration sont recommandés
- Mangez légèrement et sainement en évitant toute nourriture d'origine animale, les gras, les produits laitiers, les sucreries et la nourriture raffinée
- Gardez-vous au chaud et évitez les températures extrêmes

ACADÉMIE VALÉRIE LEMELIN

Fiche de suivi détaillé d'un client - Soin à distance

| | |
|------------------------|---|
| Nom du client : | Date : |
| Nom de l'étudiant : | Hr début séance : |
| Hr fin de séance : | Type de soins : <input type="checkbox"/> Personne <input type="checkbox"/> Distance |
| Durée de la séance : | Soin : ____ de ____ |
| Cumulatif des heures : | |

Étape 1 : Intro du thérapeute Étape 2 : Questions (3)

Décrivez brièvement l'état du client avant la séance (ex : physique, posture, émotionnel/mental, etc.)

Intention du soin/client :

Douleurs, maladies, opérations, accidents :

Étape 3 : Explication du soin (Durée 3 étapes - 15 min.) Étape 4 : Affirmation de permission de libérer

Notes pendant le soin (Visions & messages reçus, sensations ressenties, etc.)

Étape 5 : Demander s'il reste une tension Étape 6 : Harmonisation (haut vers bas)

Notes post-soin (Observations thérapeute, commentaires clients, sensations post-soin)

THÉORIES

Kinésiologie holistiques :

Cette technique est basée sur les enseignements de la kinésiologie de reprogrammation, inspirée de la Kinésiologie appliquée. La Kinésiologie Holistique donne accès à l'inconscient qui ouvre la porte sur les zones sensibles de notre vie, au sens large du terme. Via la Kinésiologie Holistique, nous contactons l'Intelligence de l'Être (corps et âme) qui connaît le chemin pour libérer les stress accumulés et accéder aux forces et aux acquis qui adoucissent le chemin d'évolution.

Introduction : La kinésiologie Holistique

- Comment croire que le corps parle et ce, avec autant de précision?
- Vous pourrez vous en servir tous les jours!
- Vous aurez accès à votre inconscient et à l'intelligence de votre corps!

Un muscle, sous une pression, peut offrir ou ne pas offrir de résistance.

La kinésiologie appliquée fut introduite par le docteur Goodheart, un chiropraticien américain, à la fin des années 60. Au fil des années, le Dr Goodheart obtient une quantité de résultats étonnants, résultats dont les implications sont très profondes et efficaces. Pour la première fois, ils ont découvert que les problèmes de nutrition avaient du sens. Par exemple, si on donnait un supplément alimentaire particulier à un patient et que la réponse au test musculaire était forte, c'est que le supplément convenait au patient, et inversement si la réponse était faible. Les autres méthodes de traitement pouvaient être évaluées de la même manière.

THÉORIES

Avec la kinésiologie appliquée, les thérapeutes disposaient d'un outils réellement utile, un système de feedback provenant du corps lui-même. Si ceux-ci donnaient au patient le traitement approprié, le corps répondait immédiatement.

La kinésiologie appliquée fonctionne avec un muscle, sous une pression, pouvant offrir ou ne pas offrir de résistance. Dans la même ordre d'idée, on dit aussi que le muscle se verrouille ou qu'il cède. Lorsqu'un muscle est fort, il est capable, en position d'extension, de résister à une pression modérée ou forte. Si ce muscle est faible, il ne pourra résister sous la même pression.

À la même façon qu'un détecteur de mensonge, le test effectué en utilisant la réponse musculaire ou la kinésiologie nous donne un oui ou un non.

Les thérapeutes dans différentes disciplines utilisent la kinésiologie comme complément d'informations pour aller encore plus en profondeur vers la source d'un malaise ou mal-être et ainsi améliorer leur accompagnement.

La Kinésiologie Holistique peut également être utilisée de façon autonome par toute personne intéressée à mieux se connaître, à se découvrir et à agir efficacement sur des problématiques récurrentes. Utiliser cet outil pour soi-même permet d'avancer au jour le jour sur son chemin de vie avec clarté.

THÉORIES

Cela vous permettra de «tester» ce qui convient ou non dans une situation donnée. Vos choix seront ainsi facilités :

- alimentaires (aliments, suppléments les plus appropriés, etc.)
- relationnels
- carrière
- Pierre précieuses, huiles essentielles...
- etc.

Vous apprendrez le test du bras, le test du corps et le test des aliments. Tous ces tests donnent accès à l'inconscient.

Pour y arriver, 3 techniques de tests sont enseignées :

- Le test du bras: il reste avec force ou il tombe.
- Du corps: avant/arrière/oui/non
- Des doigts: restent noués ou se dénouent

Grâce aux tests vous pourrez cibler ce qui est à la source des problématiques et faciliter la transcendance des blocages. C'est un grand outil de libération émotionnelle, transgénérationnelle et énergétique.

THÉORIES

L'éveil de Kundalini : L'éveil de la Kundalini est un terme issu de la tradition yogique qui fait référence à l'éveil de l'énergie latente qui réside à la base de la colonne vertébrale. La Kundalini est souvent représentée comme un serpent enroulé sur lui-même, prêt à se réveiller et à monter le long de la colonne vertébrale, traversant les différents centres d'énergie appelés chakras.

Cet éveil de la Kundalini est considéré comme une étape majeure sur le chemin de la réalisation spirituelle et de la libération du potentiel humain. Il est associé à une expansion de la conscience, une augmentation de l'énergie vitale et une ouverture vers des états de conscience supérieure.

Recommandations pour le thérapeute : Il n'est pas notre rôle de provoquer la Kundalini, mais nous sommes là pour accompagner une personne prête à son éveil. Aucune intervention est nécessaire pour la générer, mais en tant que thérapeute nous sommes là pour aider la personne et la soutenir dans son grand saut quantique. Le rôle le plus important du thérapeute est de rassurer et rassurer et rassurer le client. Lorsque que le lâche prise du client ce fait cela rend l'expérience beaucoup agréable.

15 à 20 mins avant la fin du soin, amener le client à ralentir le souffle pour commencer à calmer la Kundalini. Grounder la personne en jouant du tambour au pieds, lui faire sentir des huiles essentielles de conifères, visualiser des racines à la terre, se créer un signaux pour ancrer.

THÉORIES

Objectifs de la Kundalini : Libération énergétique à Vitesse Grand V, Grand saut quantique qui permet de défaire des blocages présents dans le corps et dans les chakras.

Signes de la kundalini : Spasmes, rires, sautaillement des yeux et des doigts, pleures, vagues dans le corps, courbe du dos, sueur, frisson, mains courbaturées, nausées, vomissement, toux et sécrétions (ne pas les ravalier) et exacerbation du ressenti.

NOTES

NOTES

NOTES



4

TERMES LÉGAUX ET ÉTHIQUE DE TRAVAIL



MODULE 4 :

Plan de cours :

- Termes légaux
- Formulaire de consentement
- Éthique de travail et de pratique

THÉORIES

TERMES LÉGAUX

LE THÉRAPEUTE NE PRÉTEND PAS DONNER DE CONSEIL MÉDICAL DIRECTEMENT OU INDIRECTEMENT. IL NE PRÉTEND PAS NON PLUS POSER DE DIAGNOSTIC DIRECTEMENT OU INDIRECTEMENT. LES IDÉES ET PARTAGES SONT À TITRE D'ÉCHANGE, EN TANT QUE POSSIBILITÉS D'INVESTIGATION D'UN MALAISE OU D'UNE MALADIE AFIN D'AIDER LA PERSONNE ELLE-MÊME À VOIR PLUS CLAIRE, LE MÉDECIN TRAITANT OU LE THÉRAPEUTE À MIEUX COMPRENDRE L'ORIGINE ÉMOTIONNELLE OU AUTRE DU MALAISE OU DE LA MALADIE.

Termes à éviter :

- Les termes associés à la pratique des médecins et des psychologues : Guérir, soigner, diagnostic, bilan de santé, patient, traitement, maladie, médecine, médicament, thérapie, anxiété, dépression, croyance limitante

Termes à utiliser :

- Client, conseil, accompagnement, transcender, amélioration importante, rencontre, outils, observation, transformation, maintien d'une bonne santé, consulting, favorise une bonne santé, élimination des toxines, auto-guérison, auto-soin

Référence avocate pour termes légaux et formation :

Sylvie Lefebvre

lefebvre26@hotmail.com

438.886.9938

*Dire que vous êtes des thérapeutes certifiés de l'Académie Valérie Lemelin.

Formulaire de consentement pour soin quantique

Académie thérapeutes Valérie Lemelin

Ce document contient de l'informations importantes sur cette approche et mes politiques. Veuillez SVP le lire attentivement. Ensuite, veuillez signer au bas de la page pour indiquer que vous êtes en accord avec le contenu.

Je _____ (client) soussigné,

Comprends qu'en tant que thérapeute, _____ (nom & prénom du thérapeute) ne diagnostiquera aucune maladie ou tout autre trouble physique et/ou mental. De plus, il/elle ne prescrira pas de traitement médical ou pharmaceutique et n'effectuera pas de manipulations vertébrales.

Le soin quantique provenant de l'Académie de thérapeutes Valérie Lemelin me permet de me libérer des déséquilibres énergétiques dans mon corps et stimulera mes capacités naturelles d'autoguérison grâce à la respiration consciente ainsi que ma participation active lors du soin.

Je suis conscient(e) que la technique demandera seulement au thérapeute d'apposer ses mains sur mon corps par le toucher ou en travaillant sur mon champ énergétique au-dessus du corps afin de dissoudre les accumulations de tensions. Si, à n'importe quel moment, je ressens un inconfort, je prendrai responsabilité d'en aviser le/la thérapeute, afin de garder une expérience agréable et respectueuse pour les deux parties.

Le soin se fera habillé et il n'y aura aucun toucher physique dans les zones génitales, autre que les mains au-dessus (sans toucher) seulement s'il y a harmonisation nécessaire du chakra sacré. Je comprends que la technique demandera possiblement au thérapeute une manipulation professionnelle au niveau du sternum afin de libérer le chakra du cœur. Si je ne suis pas à l'aise d'avoir une proximité dans cette zone, j'avertirai mon thérapeute avant le soin.

Confidentialité

Tout ce que je partage avec mon thérapeute est confidentiel. Cependant, si une réussite éloquente est éprouvée, il se peut que mon thérapeute me demande s'il peut partager ma victoire à d'autres clients afin de les inspirer. Si le partage de ma réussite est approuvé par moi, cela pourra se faire en version anonyme, donc sans divulguer mon nom, à moins de mon accord.

Manifestations post-soin

L'Académie de thérapeutes Valérie Lemelin® donne des résultats considérables pour la majorité des gens, mais ne garantit pas l'atteinte de mes objectifs et cela pourrait possiblement amener des effets sur une courte durée.

En médecine alternative, nous constatons que lorsque le corps se détoxifie, c'est à-dire, lorsqu'il s'auto-nettoie, il peut survenir, ce qu'on appelle le phénomène des "épisodes d'autoguérison". Lors de ce processus, le corps pourra éprouver pendant un certain temps certains inconforts.

Voici quelques-unes des manifestations post-soin qui pourraient être éprouvés lors de ce processus :

- une plus grande zénitude ou fatigue générale;
- des démangeaisons, des maux de tête, une douleur au bas du dos, aux articulations;
- une miction plus fréquente, de la diarrhée ou de la constipation;
- de la fièvre nocturne ou une sensation de froid; hypersensibilité du corps à ressentir plus;
- une transpiration soudaine, de mauvaises odeurs, une recrudescence de boutons d'acné ou de toutes sortes de boutons;
- anormalités ou dérèglement du cycle menstruel, une diminution ou augmentation du désir sexuel;
- une soudaine irritabilité, des rêves agités et épuisants, etc.

Chaque épisode d'autoguérison est suivi par une augmentation de vitalité et un sentiment de mieux-être. Si d'autres manifestations ou si les manifestations persistent, je recontacterai mon thérapeute et/ou j'irai consulter mon médecin.

Recommandations post-soin

- Buvez beaucoup d'eau pure
- Un repos complet : dormez autant que possible avec une bonne aération de la pièce
- Effectuez des exercices légers afin d'aider la circulation et l'élimination des toxines : marche, natation, yoga, exercices d'étirement et de respiration sont recommandés
- Mangez légèrement et sainement en évitant toute nourriture d'origine animale, les gras, les produits laitiers, les sucreries et la nourriture raffinée
- Gardez-vous au chaud et évitez les températures extrêmes

Contact

Je comprends que le thérapeute effectue un travail humain dans la bienveillance, mais que les limites professionnelles doivent aussi être respectées.

Je comprends que si j'entre en contact avec mon thérapeute en dehors de ma période de soin planifiée, par téléphone par exemple, les conversations téléphoniques de plus de 10 minutes seront facturées comme une demi-séance et celles de plus de 30 minutes seront facturées comme une séance complète.

Politique d'annulation de rendez-vous

Je comprends que si je dois annuler ou déplacer mon RDV, je dois en aviser mon thérapeute un minimum de 12 heures à l'avance (préférentiellement 24 heures). Sinon, le **paiement en entier** de la session sera dû et devra être payé. Dans les cas où la maladie ou les intempéries feraient en sorte que le voyage pour s'y rendre serait dangereux, il est toujours possible de travailler à distance par téléphone ou par Zoom.

Retards

Si je suis en retard pour mon rendez-vous, je comprends que l'heure de fin de mon rdv sera honorée malgré le temps perdu dû à mon arrivée tardive. Le **paiement en entier** sera quand même dû.

Paiements

Les paiements sont dus avant ou au début de chaque séance, ou au maximum à la fin de chaque séance et peuvent être faits aussi en argent comptant. Si le paiement a été effectué via votre carte de crédit lors de la prise de rdv, aucun autre paiement est nécessaire lors du soin.

Consentement et limite de la pratique

Je comprends que cette pratique n'est pas associée à des services en psychothérapie et n'est pas un substitut pour des examens médicaux et/ou de diagnostics. Il m'est recommandé de consulter un médecin pour un problème physique ou mental que je pourrais avoir, et que rien qui est dit durant la séance ne devrait être interprété comme tel.

J'ai pris connaissance de ce formulaire et je comprends le but, la nature, les avantages, les risques et les inconvénients relatifs au soin quantique.

Je suis satisfait(e) des explications, précisions et réponses que le/la thérapeute m'a fournies concernant mon désir d'obtenir un soin quantique.

Signature du client: _____

Nom & prénom en lettres moulées : _____

Date: ____/____/____ Lieu: _____



5 ACUPRESSION, TOUCHER THÉRAPEUTIQUE & CONSULTATION AVEC DICTIONNAIRE DES MALAISES ET MALADIES



MODULE 5 :

Plan de cours :

- Exploration de l'acupressions et ses 5 points à pratiquer
- Le toucher thérapeutique
- Le grand dictionnaire des malaises et maladies, comment l'utiliser et exemple de manifestations

THÉORIES

Acupression :

L'acupression comme l'acuponcture sont des sciences qui existent depuis des milliers d'années. Développées en Asie, ces méthodes permettent de lutter efficacement contre les douleurs chroniques et les états d'anxiété ou de stress. L'acupression est une médecine traditionnelle chinoise. Elle requiert donc un savoir-faire. Mais certains gestes très simples peuvent être réalisés à la maison et sont redoutables contre le stress et l'anxiété.

Certains gestes pourront même se faire par vos clients, ils auront alors de bons outils faciles à appliquer sur eux-mêmes.

5 points d'acupression à partager et appliquer à nos clients :

1. Sur le poignet

À l'intérieur du poignet, vous pouvez toucher vos veines, c'est à cet endroit précis que vous devrez appuyer avec votre pouce pour lutter contre les nausées, que l'on peut ressentir quand on est enceinte ou en voiture, mais aussi les maux de ventre et les maux de tête. Pour une meilleure efficacité, appuyez et massez en même temps ce point pendant 2 à 3 minutes, en faisant des petits mouvements circulaires.

On utilisera aussi ce point pour combattre les vertiges, le hoquet et l'hypertension. Masser ce point permettra aussi de vous apaiser avant un événement important ou particulièrement stressant. Pensez à utiliser ce geste sur les deux poignets.

THÉORIES

2. Entre l'index et le pouce

Si vous pincez la chaire entre l'index et le pouce, vous parviendrez, là encore à soulager vos angoisses passagères. Masser cette zone en respirant profondément sera très efficace contre le stress et l'anxiété. Là encore on vous conseillera de maintenir la pression et de masser pendant 2 à 3 minutes.

Si vous souhaitez un traitement de fond contre le stress, vous pouvez stimuler ces points d'acupression jusqu'à 3 fois par jour. En cas de véritable crise panique, n'hésitez pas à insister plus longtemps et à faire pression pendant une bonne dizaine de minutes.

3. Sous le genou

Là encore, ce point d'acupression sert à lutter contre les nausées ou tout autre trouble digestif. Il vous suffit de placer vos 4 doigts sous le genou, sur le devant de votre jambe, à l'endroit où vous pouvez sentir un creux. Les doigts doivent être positionnés entre l'os et le muscle. Pour être certain d'être au bon endroit, bougez votre pied, la zone devrait bouger sous vos doigts. Appuyez quelques minutes en vous approchant le plus possible de l'os.

Vous pouvez aussi faire pression sur cette zone à l'aide d'une balle de ping pong. Ce point peut également vous permettre de lutter contre le manque de sommeil et le stress et il stimulera votre système immunitaire.

THÉORIES

4. Sur l'avant-bras

Ce point permet de régler un grand nombre de maux : maux de tête, maux de dents, maux de gorge, douleurs dans la nuque, toux, asthme et fièvre. Il permet aussi d'apaiser les tristesses et/ou les états dépressifs. Le point d'acupression se situe en-dessous du poignet, au début de l'avant-bras, dans le creux en bas de votre pouce, là où se trouvent les deux tendons.

5. Sous la clavicule

Enfin, nous vous proposons un dernier point d'acupression sous la clavicule, au-dessus de la poitrine, près de l'os du bras. On sait quand on l'a trouvé puisqu'il procure instinctivement un sentiment de bien-être. Ce point est recommandé en cas de toux ou de tout autre trouble respiratoire comme l'asthme ou une douleur dans la poitrine. Il sera aussi redoutablement efficace pour apprendre à lâcher prise. Si vous êtes en vacances, c'est le moment ou jamais de tester ce nouveau point.

THÉORIES

Le toucher thérapeutique

Comment apprenons-nous à toucher ?

Le toucher se développe avec la pratique, la pratique et... la pratique. Plus nous palpons les muscles, les tendons, les os et les articulations, plus les liens entre ce que nous ressentons sous nos doigts et notre cerveau se renforcent. Nous bâtissons notre mémoire tactile. Plus nous touchons de corps différents, plus notre cerveau est capable d'analyser ce qu'il y a sous nos doigts et nos mains.

Pour nos soins, il est important de développer notre toucher, afin d'offrir des soins de qualité, professionnel et adaptés à chaque personne.

Les gestes principaux du toucher-massage sont :

- les pressions glissées (qui s'effectuent dans tous les sens)
- le pétrissage (les mains travaillent ensemble ou l'une après l'autre)
- le ponçage (travail avec le pouce)
- le « tapping »
- l'effleurage
- les frictions
- les vibrations, etc.

En diversifiant les stimuli, nous enrichissons notre palette sensorielle et nous développons notre créativité, mais aussi cela permet à nos clients de libérer de différentes manières.

THÉORIES

Nous devons aussi être attentifs. Lorsque nous massons, nous devons être à l'écoute de notre client, mais aussi de nous-même.

Observer les réactions du receveur; ses expressions faciales, ses mouvements et sa respiration. Il faut être attentif et sentir les tensions, les blocages, les zones sensibles ou douloureuses. Il faut adapter notre pression, notre rythme et notre profondeur en fonction de ce que nous ressentons et selon les réactions du receveur. Nous devons également être conscient de notre posture, de notre respiration et de nos émotions. Le toucher est un échange qui implique tout notre être.

Le grand dictionnaire des malaises et des maladies

Il permet de comprendre nos états intérieurs en faisant des observations extérieures. Ce livre est une sorte de guide pour comprendre ce qui se joue et de faire remonter en surface les choses que nous pourrions avoir tendance à refouler, ou à ne pas vouloir apercevoir.

Toutes les émotions que nous refoulons à l'intérieur de nous-même parce que nous ne pouvons pas ou ne voulons pas les verbaliser, peuvent se cristalliser dans différentes parties du corps ou se manifester à travers tel ou tel problème corporel.

Pour **Jacques Martel**, ce livre se veut un complément à toute approche, qu'elle soit médicale ou en lien avec les médecines douces.

THÉORIES

Résumer du livre, ma bible:

« Tout ce qui ne s'exprime pas s'imprime! »

Toutes les émotions que vous refoulez à l'intérieur de vous-même parce que vous ne pouvez pas ou ne voulez pas les verbaliser, peuvent se cristalliser dans différentes parties de votre corps sous forme de symptômes physiques.

Ce livre est un outil des plus captivant et essentiel est une aide précieuse pour toute démarche personnelle, familiale ou professionnelle du point de vue holistique (global) ou allopathique (médical).

Quelques exemples tirés du livres :

- La panique peut provoquer des diarrhées.
- La colère retenue ou la rancune : une crise de foie.
- La difficulté à trouver ou à prendre sa place peut provoquer des infections urinaires à répétition.
- Quelque chose qu'on ne veut pas entendre ou quand on ne s'écoute pas : des otites, douleurs d'oreilles.
- Quelque chose qu'on n'a pas osé dire, qu'on a ravalé : des angines, des maux de gorge.
- Un refus de céder, de plier, d'obéir ou de se soumettre : des problèmes de genoux.

THÉORIES

Quelques exemples tirés du livres (suite) :

- Peur de l'avenir, peur du changement, peur de manquer d'argent : des douleurs lombaires.
- Intransigeance, rigidité : des douleurs cervicales et nuque raide.
- Conflit avec l'autorité : des douleurs d'épaules.
- Quand on prends trop de choses sur soi : également douleurs d'épaules avec une sensation d'un fardeau.
- Affronter une situation ou une personne sans se permettre de s'exprimer : des douleurs dentaires, aphtes, abcès.
- L'incapacité d'avancer : des douleurs dans les pieds, les chevilles.
- La colonne vertébrale est aussi un merveilleux terrain d'investigation de toutes nos émotions refoulées !

Faire une consultation client avec le livre ou PDF Le grand dictionnaire des malaises et maladies de Jacques Martel :

- Demander ses malaises et maladies (déjà diagnostiqués par un médecin).
- Faire la recherche du malaise ou de la maladie dans le livre
- Lire avant de partager l'informations, cela peut être difficile à entendre (peser vos mots)
- Partager les grandes lignes
- Focuser sur le dernier paragraphe afin d'harmoniser le corps de ce malaise ou cette maladie.
- Prendre des notes du dernier paragraphe pour faire le rappel au corps durant le soin, durant l'état thétha où l'on pourra réécrire l'histoire.

THÉORIES

D'autres extraits du livre de Jacques Martel pertinentes :

- Foie : Le foie représente les choix, la colère, les changements et l'adaptation. On peut souffrir du foie quand on ne parvient pas à s'adapter à des changements, professionnels ou familiaux. Difficultés d'ajustement à une situation. Sentiment de manque continu ou peur de manquer.
- Colère refoulée : Personnes sujettes aux maladies du foie : les personnes qui critiquent et qui jugent beaucoup (elles-mêmes et les autres) et/ou qui se plaignent souvent.
- Vésicule biliaire : La vésicule biliaire est en rapport avec l'extérieur, la vie sociale, la lutte, les obstacles, le courage. Se battre. Esprit de conquête. Se faire de la bile, s'inquiéter, s'angoisser. Sentiment d'injustice. Colère, rancune. Se sentir envahi, empiété sur son territoire par une personne autoritaire. Agressivité rentrée et ruminante, mécontentement retenu. Se retenir de passer à l'action. Difficultés à faire un choix, de peur de se tromper.
- Glande thyroïde : Profonde tristesse de ne pas avoir pu dire ce qu'on aurait voulu. Sentiment d'être trop lent par rapport à ce qu'on attend de nous. Impuissance, sentiment d'être coincé dans une situation, être devant un mur, dans une impasse. Être bloqué dans la parole ou dans l'action, être empêché d'agir. Pas le droit de parler, de s'exprimer. Ne pas se sentir écouté. Difficultés à s'affirmer. Une déception ou une injustice n'a pas été « avalée » et est restée en travers de la gorge.

THÉORIES

- Hernies : De la détresse implose à l'intérieur et demande à être libérée. Désir de rompre ou de quitter une situation où on se sent coincé, mais où l'on reste par peur de manquer de quelque chose, généralement du matériel. Auto-punition parce qu'on s'en veut, incapacité à réaliser certaines choses qu'on voudrait. Frustration de travailler dur, se sentir poussé à aller trop loin, ou essayer d'atteindre son but d'une manière excessive, qui en demande trop. Une poussée mentale (de stress) essaie de sortir. Mais en plus, le lieu où siège l'hernie indique son message émotionnel de manière plus précise et complémentaire :
- Hernie inguinale (dans l'aîne) : difficulté à exprimer sa créativité, secret que l'on renferme et qui nous fait souffrir. Désir de rompre avec une personne qui nous est désagréable, mais avec laquelle on se sent engagé ou qu'on est obligé de côtoyer. On aimerait sortir, s'extirper de cette situation.
- Hernie ombilicale : nostalgie du ventre de la mère où tout était facile et où se sentait totalement en sécurité. Refus de la vie.
- Hernie discale : conflit intérieur, trop de responsabilité, sentiment de dévalorisation, ne pas se sentir à la hauteur de ce qu'on attend de nous, projets et idées non reconnus. La colonne vertébrale représente le soutien. Besoin d'être appuyé, soutenu, mais difficulté ou impossibilité de demander de l'aide.
- Hernie hiatale : se sentir bloqué dans l'expression de ses sentiments, de son ressenti. Refouler ses émotions. Tout vouloir diriger, ne pas se laisser porter par la vie mais la contrôler.

THÉORIES

- Genoux, Douleurs aux genoux, genoux qui flanchent, genoux qui craquent, douleurs aux ménisques : refus de plier, de se « mettre à genoux » (de se soumettre) de céder, fierté, ego, caractère inflexible ou au contraire, on subit sans rien oser dire, on s'obstine, mais nos genoux nous disent que nous ne sommes pas d'accord avec cette situation. Difficultés à accepter les remarques ou les critiques des autres. Problèmes avec l'autorité, la hiérarchie, problèmes d'ego, d'orgueil. Devoir s'incliner pour avoir la paix. Ambition réfrénée ou contrariée par une cause extérieure, Entêtement, humiliation. Culpabilité d'avoir raison. Colère d'être trop influençable.
- Peau : Les maladies de peau ont très souvent, à l'origine, un conflit de séparation mal géré, une séparation mal vécue, soit par la mère, soit par l'enfant, ou la peur de rester seul et un manque de communication. Séparation aussi envers soi-même : dévalorisation de soi vis-à-vis de l'entourage. Porter trop d'attention à ce que les autres peuvent penser de nous.
- Eczéma : Anxiété, peur de l'avenir, difficultés à s'exprimer. Impatience et énervement de ne pas pouvoir résoudre une contrariété. Séparation, deuil, contact rompu avec un être cher. Chez les enfants, l'eczéma peut résulter d'un sevrage trop rapide ou d'une difficulté de la mère à accepter que son enfant ne soit plus « en elle ». Sevrage de l'allaitement ou reprise du travail de la maman et culpabilité non exprimée, mais que l'enfant ressent et somatise ainsi. Querelles ou tensions dans la famille, que l'enfant ressent. Insécurité.

THÉORIES

- Acné : Manière indirecte de repousser les autres, par peur d'être découvert, de montrer ce qu'on est réellement, parce qu'on pense qu'on ne peut pas être aimé tel que l'on est. Puisqu'on se rejette, on crée une barrière pour que les autres ne nous approchent pas. Refus de sa propre image, de sa personnalité ou de sa nouvelle apparence. Honte des transformations corporelles. Difficulté à être soi-même, refus de ressembler au parent du même sexe.
- Psoriasis : Personne souvent hypersensible qui n'est pas bien dans sa peau et qui voudrait être quelqu'un d'autre. Ne se sent pas reconnue, souffre d'un problème d'identité. Le psoriasis est comme une cuirasse pour se défendre. Besoin de se sentir parfait pour être aimé.

NOTES

NOTES

NOTES



6

REFLEXOLOGIE INTÉGRALES ET HYPNOTHÉRAPIE



MODULE 6 :

Plan de cours :

- La réflexologie intégrale
- Hypnothérapie - Technique d'hypnose RTT

THÉORIES

La Réflexologie Intégrale : La Réflexologie Intégrale est une des techniques les plus avancées à ce jour dans le domaine des approches alternatives.

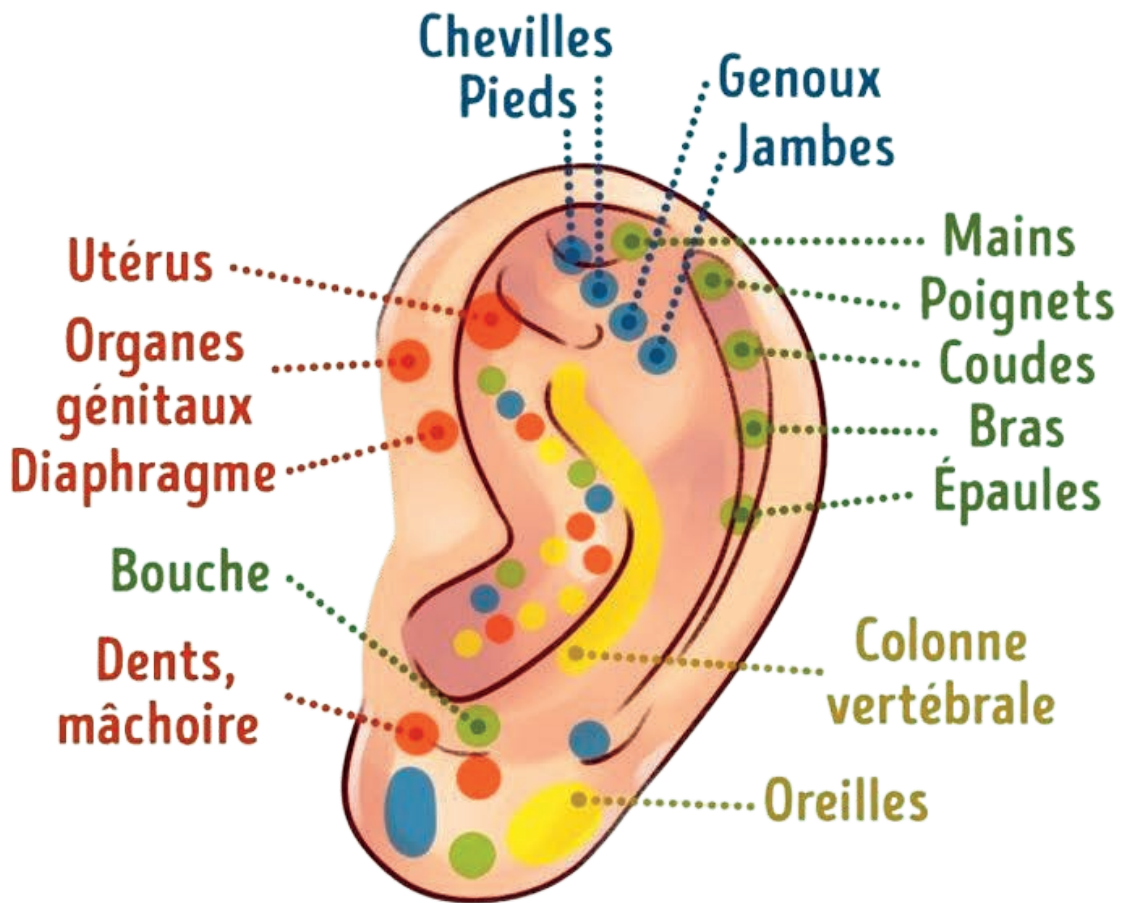
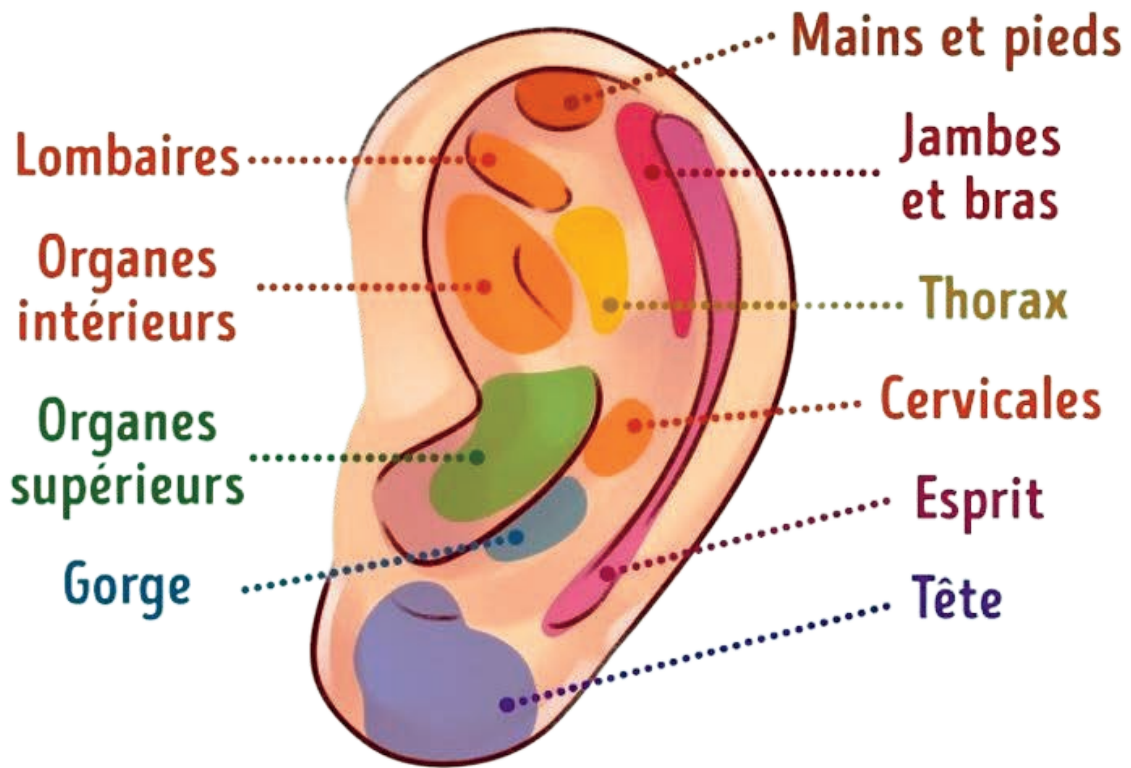
Les thérapeutes ont comme tâche de stimuler ses différents points (plus de 5 000) répartis sur tout le corps : principalement sur les pieds, les jambes, les mains, les bras, les clavicules, les oreilles, le dos, le visage et la tête.

Comment effectuer la technique de la réflexologie intégrale :

Le praticien débute par des massages sur les jambes pour soulager les tensions, l'attention pourra être autour des tibias, les bandelettes et les genoux. Ensuite, les points des pieds, qui seront une des priorités par rapport à tous les points qui suivront. Cela s'enchaîne avec les bras et les mains.

L'ajout de la réflexologie intégrale :

S'ensuit la stimulation des points réflexes le long de **la colonne** et dans le dos (ce qui procure apaisement, réconfort et équilibre énergétique). Les points réflexes au dessus des **clavicules** aident sur le plan émotionnel. Ceux-ci favorisent l'éveil et la transformation de la mémoire corporelle. Le travail se continue ensuite sur les **oreilles**, ce qui améliore la circulation, favorise une meilleure concentration (meilleure mémoire et prise de décision) tout en favorisant la régénération cellulaire et l'élimination des toxines. Cette partie du corps agit sur le plan mental supérieur, favorisant l'équilibre des champs magnétiques entourant le corps. La séance se termine avec la **tête** afin d'ancrer le tout en profondeur en ce qui a trait au physique, mental, énergétique et spirituel.



THÉORIES

Hypnothérapie - Technique d'hypnose RTT (Rapid Transformational Therapy®) par Marise Peer

En aucun cas l'hypnose ne se substitue à un traitement médical. Elle intervient en complément. Elle est utilisée en cas de :

- Anxiété,angoisses, Stress
- Sommeil
- Manque de confiance en soi, Timidité
- Peur et phobie (avion , dentiste, chien, araignée, voiture...)
- Séparation et Deuil
- Abandon, Injustice, Rejet, Humiliation, Trahison
- Douleur et Gestion de la douleur
- Troubles de santé : Problème de peau, Acouphène, Allergie, Migraines
- Troubles du développement (bégaiement, Tics, Tocs...)
- Gestion du poids et Troubles alimentaires
- Sexualité, libido, stérilité
- Développer ses capacités, accroître sa créativité, se préparer à un examen...
- Addictions (Tabac, Alcool...)

Rapid Transformational Therapy® (RTT®) est la technique d'hypnose la plus transformatrice, car elle combine les techniques de médecines douces les plus bénéfiques: l'hypnothérapie, de la psychothérapie, de la PNL, de la TCC (Thérapie comportementale et cognitive) et les neurosciences. RTT® est reconnue mondialement et s'est avérée être l'une des thérapies les plus efficaces disponibles pour obtenir des résultats rapides et permanents.

THÉORIES

La thérapie transformationnelle rapide® (RTT®) offre des résultats inégalés en exploitant le potentiel de guérison le plus puissant : l'esprit. Cela va au-delà de la formation en hypnothérapie pour fournir une approche complète basée sur des solutions pour obtenir des résultats rapides et durables.

Séance d'hypnose pour transcender une situation et réécrire une nouvelle histoire :

- Réservé 1h30 à 2h dans votre agenda.
- L'entretien et définition de l'intention de la séance. Prend le temps de discuter de la problématique avec le client et lui poser des questions afin de comprendre la situation.
- Identification des traumatismes.
- Explications de la séance d'hypnose et des différentes étapes du protocole spécifiques à la problématique et son histoire personnelle.
- Choisir la technique appropriée: 1. la régression ou 2. le dialogue avec l'enfant intérieur.
- Relecture de votre histoire avec la perspective différente que vous venez d'adopter.
- La transformation : Amener le client en hypnose, avec notre voix hypnotique, yeux fermés, visualisation de 5 à 10 marches devant lui et lui faire monter une à la fois... se retrouver dans un lieu connu du passé, son quartier, son école, sa chambre, chez ses grands-parents.
- Reprogrammation de vos modèles de pensée, transformation de votre dialogue intérieur.
- Faire revenir le client dans le ici et maintenant: faire le décompte de 10 à 1 et claquer des doigts pour le retour au compte de 1.

THÉORIES

Les 2 options les plus utilisées:

1. La régression : L'hypnose régressive ou de régression permet de se libérer des souvenirs et des expériences du passé. Entraînée dans un état hypnotique profond grâce à un procédé de visualisation guidé par l'hypnothérapeute, la personne a accès à des informations qu'elle avait oubliées ou mises de côté.

2. le dialogue avec l'enfant intérieur.

Les étapes pour dialoguer avec l'inconscient du client.

- Il s'agit de fermer les yeux et d'amener le client en état d'hypnose et de partir à la rencontre de l'enfant intérieur pour établir un dialogue avec l'enfant qui est en lui. L'hypnose est un outil qui vous permet cette rencontre.
- Adressez-vous à lui comme une véritable personne.

Entamez le dialogue :

- Il s'agit d'une conversation. Posez-lui des questions simples au départ si vous le souhaitez (à haute voix ou non) « Comment vas-tu ? », « Acceptes-tu de parler avec moi ? » et puis si vous souhaitez aller plus loin dans le dialogue et entamer une conversation plus profonde, permettez-vous de le faire si votre enfant intérieur vous fait ressentir que le dialogue est ouvert.

THÉORIES

- Puis laissez venir les réponses. Ne vous inquiétez pas, s'il vous arrive de prendre une voix ou une attitude enfantine, c'est normal. Au début, ce genre d'exercice peut dérouter, mettre mal à l'aise : c'est une preuve que vous avez du mal à accepter votre Enfant intérieur.

Demandez lui pardon : Un moyen de gagner la confiance consiste à lui demander pardon de l'avoir négligé depuis tant d'années.

Soyez attentionné et réconfortant envers l'enfant intérieur : Au fur et à mesure de l'évolution de votre interaction ou conversation, de la reconnaissance de l'enfant, montrez-lui que vous lui portez de l'attention en l'écoutant, en le respectant.

Notre enfant intérieur a simplement besoin de se sentir aimé, respecté, exister, tout comme n'importe quel enfant. Il a besoin d'amour inconditionnel pour se sentir être. Donc, pardonner à son enfant intérieur, c'est se pardonner soi. En ces temps, il ne demande qu'à être libéré.

Qu'est l'enfant intérieur ?

En hypnose, nous allons souvent à sa rencontre. L'enfant intérieur, c'est la part enfantine de l'adulte : tout ce qui représente la créativité, la spontanéité, l'authenticité, l'imagination...etc. Il existe en chacun de nous un enfant intérieur, qui vit souvent enfoui et blessé. Il est temps de prendre contact avec cet enfant et de l'aimer afin de nous réaliser pleinement. C'est le gardien de notre moi véritable, donc une part importante, voir prédominante de notre inconscient. Il est donc important de réhabiliter notre enfant intérieur, de faire la paix avec lui afin qu'il devienne notre meilleur allié et qu'il nous permette de vivre notre vie d'adulte en toute sérénité.

NOTES

NOTES

NOTES

NOTES



7 NATUROTHÉRAPIE. MÉTHODE D'EPLEY & MÉDECINE CHINOISE



MODULE 7 :

Plan de cours :

- Définir la Naturothérapie et comprendre la différence avec la naturopathie
- Méthode d'Epley
- Médecine Chinoise et les émotions

THÉORIES

NATUROPATHIE VS NATUROTHÉRAPIE : CE QU'IL FAUT SAVOIR

Naturopathie et naturothérapie, il est facile de les confondre. Discerner leurs ressemblances et leurs différences afin de bien les distinguer est important.

CE QUI LES DÉFINIT :

La naturopathie et la naturothérapie sont deux disciplines qui préconisent l'utilisation de méthodes naturelles pour rester en bonne santé.

- Naturopathe = La naturopathie
- Naturothérapeute = la naturothérapie

LEUR APPROCHE :

- Naturopathe : Pour sa part, la naturopathie propose une démarche globale en considérant toutes les facettes d'une personne ainsi que ses habitudes de vie. Le naturopathe évaluera autant le côté physique, psychologique, émotionnel et spirituel de son client. Son but : agir sur la cause du malaise afin de rétablir les pouvoirs d'autorégulation du corps. Le travail personnalisé effectué par le naturopathe adresse les causes profondes du déséquilibre, ce qui procure à son client des bienfaits à long terme.

THÉORIES

- Naturothérapeute : De son côté, la naturothérapie offre des moyens généraux pour améliorer son bien-être et celui de ses proches. À l'aide de différents outils et techniques, un naturothérapeute agit sur les symptômes de son client. Sa démarche et ses propositions de solution auront pour but de faire disparaître les symptômes ressentis et de prévenir leur réapparition, sans nécessairement agir sur les causes profondes du malaise. La naturothérapie agit à court terme. Ses bienfaits sont également concrets, mais son impact est plus limité dans le temps.

LEURS BIENFAITS

La naturopathie et la naturothérapie sont toutes deux sources de remarquables bienfaits. En agissant naturellement sur l'organisme, ces deux approches favorisent :

- Le retour et le maintien d'un sentiment de bien-être ;
- La modulation du système immunitaire ;
- Un accompagnement pour retrouver l'harmonie à l'intérieur de soi et à l'extérieur ;
- Le relâchement des tensions physiques et émotionnelles.

THÉORIES

Un naturopathe veillera à :

- Soutenir le client dans les changements de ses habitudes de vie (environnement, activité physique, gestion du stress, sommeil, hydratation, etc.).
- Rétablir un équilibre alimentaire sain et personnalisé.
- Optimiser les mécanismes d'autorégulation et de détoxification du corps.
- Soutenir et restaurer les organes et les systèmes non optimaux avec des stratégies et solutions naturelles.
- Produire un plan d'interventions qui maintiendra ou qui augmentera la vitalité grâce aux habitudes de vie et aux produits de santé naturels.
- Apprendre à devenir autonome et à écouter son corps.
- Demeurer en bonne santé par des moyens naturels.
- Résoudre les interactions possibles entre produits de santé naturels et les médicaments en adaptant les produits de santé à la situation.

FORMATIONS REQUISES

Pour devenir naturopathe membre de l'ANAQ, une formation de 2 000 heures est requise. De son côté, l'ANQ a comme critère d'admission le suivi d'une formation de 400 heures dans une spécialité parmi sa liste de catégories acceptées + 150 heures en alimentation naturelle.



LISTE DES FORMATIONS ACCEPTÉES

| NATUROPATHIE / NATUROTHÉRAPIE | | |
|---|--|--------------------------------------|
| DISCIPLINE | DISCIPLINE | DISCIPLINE |
| Algothérapie | Hydrothérapie | Rolfing |
| Acupression | Hypnothérapie | Shiatsu |
| Approche " ÉCHO " | Iridologie | Soins énergétiques |
| Approche " Écoute ton corps " | Jin Shin Do | Soma yoga |
| Approche non-directive créatrice (ANDC) / | Kinésiologie appliquée | Sophrologie |
| Thérapie en relation d'aide (TRA) | Laserothérapie | Spécialiste de l'enfance |
| Aquathérapie | Luminothérapie | Technique Alexander |
| Aromathérapie | Médecine Ayurvédique | Technique Bowen |
| Art-thérapie | Méditation | Technique d'harmonisation (EMF) |
| Auriculothérapie | Médecine traditionnelle chinoise | Technique de libération émotionnelle |
| Balnéothérapie et thalassothérapie | Méthode de libération des cuirasses | (EFT) - Tapping |
| Bioénergie | Méthode Feldenkrais | Thérapie athlétique |
| Biofeedback (rétroaction biologique) | Muscle activation technique (MAT) | Thérapie craniosacrale |
| Biologie totale | Musicothérapie | Thérapie émotivo-rationnelle (TER) |
| Body talk (langage corporel) | Myothérapie | Thérapie intégrative par les |
| Brain Gym (gymnastique cérébrale) | Naturopathie / Naturothérapie | mouvements oculaires (IMO) |
| Chromothérapie | Nutrition holistique | Thérapie psychocorporelle (corps- |
| Coaching de vie | Ortho-bionomie | esprit) |
| Counselling (relation d'aide) | Phytothérapie | Thérapie manuelle |
| Digitopuncture | Polarité | Thérapie neuro-musculaire |
| Drainage lymphatique | Posturologie | Thérapie par les arts |
| Électropuncture / Electro-acupuncture | Programmation neuro-linguistique (PNL) | Thérapie par le jeu |
| Fasciathérapie | Psycho-kinésiologie | Thérapie par le son |
| Fleurs de Bach (Thérapie par les) | Qi-Gong médical ou thérapeutique | Thérapie "Shockwave" |
| Focusing (mise au point) | Rebirth (palingénésie) | Toucher thérapeutique |
| Gemmothérapie | Réflexologie | Trager |
| Hellerwork | Réflexologie intégrale (ou tibétaine) | Yoga thérapeutique |
| Herboristerie | Reiki | Zoothérapie |

Veillez noter que la liste ci-haut est non exhaustive et que d'autres formations peuvent être acceptées.

THÉORIES

La manoeuvre d'Epley

Cela consiste à mobiliser la tête selon une série de positions spécifiques destinées à ramener les débris des canaux vers l'utricule (dans l'oreille).

Utiliser cette technique lorsque le client vie de grands étourdissements et que ses yeux bougent de gauche à droite lors de ses étourdissements.

Ces étourdissements s'appellent des vertiges positionnels paroxystiques. Il s'agit d'épisodes de vertiges de courte durée (plus ou moins entre 10 et 60 sec) et sont observés avec certaines rotations de la tête. Des nausées peuvent se faire ressentir et un nystagmus (mouvement rythmique des yeux) sont observés. Le diagnostic est clinique et nous ne sommes pas en mesure de le donner dû à nos limitations de notre «pratique» en tant que thérapeute.

Symptomes des vertiges: Le vertige est déclenché quand la tête du patient bouge (ex : lorsqu'il se tourne dans son lit ou qu'il se penche pour ramasser quelque chose). Les épisodes sont généralement le matin et se réduisent pendant la journée. Les vertiges sont de plus en plus fréquents à mesure du vieillissement et peuvent gravement affecter l'équilibre chez les personnes âgées, avec un risque de blessures par chutes.

Qu'est-ce qui ce passe dans le corps : Le vertige est dû au déplacement des cristaux dans les canaux des oreilles. Le vertige se produit quand la tête est tournée vers l'oreille affectée.

Le traitement implique des manoeuvres de repositionnements des cristaux dans les canaux des oreilles.

THÉORIES

Comment utiliser la manoeuvre de repositionnement (manoeuvre d'Epley) :

ÉTAPE 1 : Consiste à trouver de quel coté (oreille droite ou gauche) se situe le vertige. Il se produit quand la tête est tournée vers l'oreille affectée. Donc faire le teste avec le client. En position assise, effectuez une rotation lente de la tête d'un demi- tour (180°). Faire à gauche et ensuite à droite.

ÉTAPE 2 : Le thérapeute devra tourner la tête de son client vers l'oreille affectée. Le thérapeute viendra déposer ses mains sur la tête du client assis, le thérapeute amènera le client s'étendre sur le dos, sa tête dépassera l'extrémité de la table, afin d'avoir la tête dans le vide afin d'incliner sa tête maintenue en extension à 45°. On demande au client de fixer les yeux sur un point fixe. On reste dans cette position pour une durée de 1minute 30sec.

ÉTAPE 3: La tête devra être tourner vers l'autre côté, pour faire le même processus, incliner la tête maintenue en extension à 45°, tout en fixant les yeux sur un point. Durée de 1minute 30sec.

ÉTAPE 4: La tête est encore plus tournée de sorte que l'oreille soit parallèle au sol. Durée de 45 sec.

ÉTAPE 5: La tête peut-être rapidement tourné davantage, pour être presque tournée face au sol. Durée de 30 sec. Pour ramener client en position assise et la manoeuvre est répétée avec rotation de la tête vers l'autre côté.

Ces manoeuvres peuvent être répétées si nécessaire.

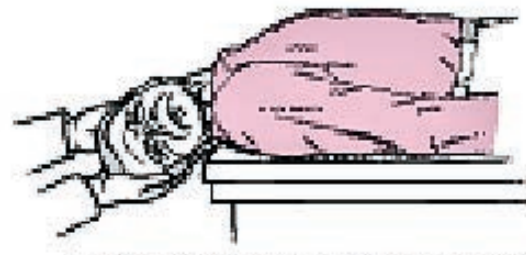
Particules redistribuées



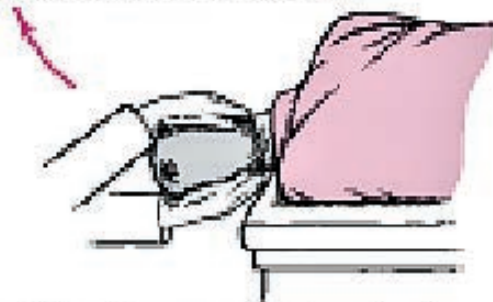
Particules situées dans le canal semi-circulaire



La tête peut être rapidement tournée davantage, pour être presque face au sol. Le patient est ramené en position verticale et la tête est tournée pour revenir en position normale.



Le clinicien tourne la tête du patient vers l'oreille affectée, puis couche le patient vers l'arrière pour le mettre en position allongée sur le dos, la tête pendante au-delà du bord de la table.



La tête est encore plus tournée, de sorte que l'oreille est parallèle au sol.



La tête est tournée vers l'autre côté.

THÉORIES

La médecine traditionnelle chinoise (MTC)

La médecine traditionnelle chinoise repose sur un principe essentiel : notre corps, notre mental et nos émotions sont indissociables.

Dans cette approche holistique chaque organe du corps a non seulement un rôle physique mais exerce également une "fonction de filtration de nos émotions".

LES ORGANES CORRESPONDENT À DIFFÉRENTES ÉMOTIONS :

Les 5 émotions fondamentales sont ainsi associées à un ou plusieurs organes :

- la COLÈRE et le FOIE ; Nu
- la JOIE et le CŒUR ; Xi
- la TRISTESSE et le POUMON ; You
- la PEUR et le REIN ; Kong
- le SOUCI, lié à la RATE et à l'ESTOMAC; Si

Pour la MTC, il est clair que les émotions sont mémorisées à l'intérieur du corps, le plus souvent à l'insu de notre conscience. On traite donc en Énergie sans devoir passer par le conscient (contrairement à la psychothérapie classique). Cela explique également que la puncture d'un point puisse, par exemple, entraîner des pleurs inexplicables, mais ô combien libérateurs!

THÉORIES

Une émotion pathologique peut avoir plusieurs explications :

- Nous ne trouvons pas d'issue à notre problématique. Par exemple, la peur de la faillite ne peut pas disparaître tant que les problèmes financiers ne sont pas résolus.
- Nous sommes bloqués dans notre émotion et incapables d'aller de l'avant. La tristesse pendant une période de deuil est normale, elle devient pathologique si elle persiste avec la même intensité après plusieurs années.
- Nous vivons l'émotion de manière trop intense.
- Nous avons refoulé une émotion.

Si le déséquilibre d'un Organe peut perturber les émotions, l'inverse est aussi vrai. La MTC considère que vivre des émotions est normal et important, et qu'elles font parties de la sphère habituelle d'activité du mental.

Par contre, bloquer l'expression d'une émotion, ou au contraire, la vivre avec une intensité excessive ou sur une période anormalement longue, risque de déséquilibrer l'Organe qui lui est associé et de créer une pathologie physique. En termes énergétiques, on parle d'un dérèglement dans la circulation des Substances, en particulier du Qi.

À long terme, cela peut aussi entraver le renouvellement et la distribution des Essences et la juste expression des Esprits.

THÉORIES

Par exemple, si une femme vit le deuil de son mari, il est normal qu'elle soit triste et qu'elle pleure. Par contre, si après plusieurs années, elle est encore extrêmement triste et qu'elle pleure à la moindre évocation de l'image de cet homme, il s'agit d'une émotion vécue sur une trop longue période.

La tristesse étant associée au Poumon, elle pourrait occasionner de l'asthme. D'autre part, le Coeur ayant besoin d'un « minimum » de joie, son émotion associée, il se pourrait que la femme éprouve des problèmes comme des palpitations cardiaques.

La colère

La colère englobe également l'irritation, la frustration, l'insatisfaction, le ressentiment, le refoulement émotionnel, la fureur, la rage, l'agressivité, l'emportement, l'impatience, l'exaspération, l'animosité, l'amertume, la rancune, l'humiliation, l'indignation, etc.

Qu'elle soit exprimée exagérément, ou au contraire refoulée, la colère affecte le Foie. Exprimée violemment, elle cause une ascension anormale du Qi, provoquant des syndromes appelés Montée du Yang du Foie ou Feu du Foie. Ceux-ci occasionnent souvent des symptômes à la tête : céphalées et migraines, rougeurs dans le cou, visage rouge, yeux rouges, sensation de chaleur dans la tête, goût amer dans la bouche, vertiges et acouphènes.

Par contre, de la colère refoulée provoque une Stagnation du Qi du Foie pouvant s'accompagner des symptômes suivants : ballonnements abdominaux, alternance de constipation et de diarrhée, règles irrégulières, syndrome prémenstruel, état cyclothymique, soupirs fréquents, besoin de bailler ou de s'étirer, oppression de la poitrine, boule à l'estomac ou dans la gorge et même certains états dépressifs.

THÉORIES

En effet, en cas de colère refoulée ou de ressentiment, il arrive souvent que la personne ne ressente pas sa colère comme telle, mais qu'elle se dise plutôt déprimée ou fatiguée. Elle aura de la difficulté à s'organiser et à planifier, manquera de régularité, sera facilement irritable, pourra tenir des propos blessants envers ses proches, et enfin avoir des réponses émotionnelles disproportionnées par rapport aux situations qu'elle vit.

À la longue, la Stagnation du Qi du Foie peut mener à une Stagnation du Sang du Foie puisque le Qi aide le Sang à circuler. Cela est plus particulièrement remarquable chez les femmes, car leur métabolisme est très lié au Sang; on pourra entre autres voir survenir divers problèmes menstruels.

La joie

La joie excessive, au sens pathologique, comprend aussi l'exaltation, la frénésie, l'agitation, l'euphorie, l'excitation, l'enthousiasme extrême, etc. Il est normal, et même souhaitable, de se sentir joyeux et heureux. La MTC considère que cette émotion devient excessive lorsque les personnes sont surexcitées (même si elles apprécient être dans cet état); pensons aux gens qui vivent à « cent à l'heure », qui sont dans un état constant de stimulation mentale ou qui sont carrément survoltés. On dit alors que leur Esprit ne peut plus se concentrer.

La MTC considère qu'un niveau de joie normal se traduit par la sérénité, la joie de vivre, le bonheur et la pensée optimiste; comme la joie discrète du sage taoïste sur sa montagne... Quand la joie est excessive, elle ralentit et disperse le Qi, et affecte le Coeur, son Organe associé. En voici les symptômes : se sentir facilement excité, parler beaucoup, être agité et nerveux, avoir des palpitations et faire de l'insomnie. À l'opposée, la joie insuffisante s'apparente à la tristesse. Elle pourra affecter le Poumon et provoquer les symptômes inverses.

THÉORIES

Les soucis

Les soucis englobent les états émotifs suivants : l'anxiété, les pensées obsessives, les inquiétudes persistantes, le surmenage intellectuel, les sentiments d'impuissance, la rêverie, etc.

L'excès de soucis inclut l'excès de pensées, tous deux très communs dans notre société occidentale. L'excès de pensées est courant chez les étudiants ou les personnes travaillant intellectuellement, et l'excès de soucis se rencontre surtout chez les gens qui ont des problèmes financiers, familiaux, sociaux, etc. Les gens qui s'en font pour tout, ou alors qui s'inquiètent pour un rien, souffrent souvent d'une faiblesse de la Rate/Pancréas qui les prédispose à être soucieux. Inversement, avoir trop de soucis noue et bloque le Qi, et affecte cet Organe.

La MTC considère que la Rate/Pancréas abrite la Pensée qui nous permet de réfléchir, d'étudier, de nous concentrer et de mémoriser. Si le Qi de la Rate/Pancréas est faible, il devient ardu d'analyser les situations, de gérer les informations, de solutionner les problèmes ou de s'adapter à du nouveau. La réflexion peut se transformer en rumination mentale ou en obsession, la personne se « réfugie » dans sa tête. Voici les principaux symptômes d'un Vide du Qi de la Rate/Pancréas : une lassitude mentale, la rumination de pensées, des inquiétudes, de la difficulté à s'endormir, des pertes de mémoire, des difficultés de concentration, des pensées confuses, de la fatigue physique, des étourdissements, des selles molles, un manque d'appétit.

THÉORIES

La peur

La peur comprend l'anxiété, l'angoisse, la frayeur, la crainte, l'appréhension, les phobies, etc.

La peur est bénéfique quand elle nous aide à réagir face au danger, quand elle nous empêche de poser des gestes qui pourraient s'avérer périlleux, ou qu'elle freine des actions trop spontanées. Par contre, lorsqu'elle est trop intense, elle peut nous paralyser ou créer des frayeurs néfastes; si elle devient chronique, elle causera de l'anxiété ou des phobies.

La peur entraîne le Qi vers le bas et affecte les Reins. De la même façon, un Vide du Yin des Reins prédispose la personne à se sentir anxieuse. Puisque le Yin des Reins s'épuise avec l'âge, phénomène aggravé à la ménopause, il n'est pas étonnant de constater que l'anxiété soit plus présente chez les personnes âgées et que plusieurs femmes se sentent anxieuses au moment de la ménopause.

Les manifestations du Vide du Yin des Reins sont souvent concomitantes à celles d'une Montée de Chaleur et d'un Vide du Coeur : de l'anxiété, de l'insomnie, des transpirations nocturnes, des bouffées de chaleur, des palpitations, une gorge et une bouche sèches, etc. Mentionnons aussi que les Reins contrôlent les sphincters inférieurs; une faiblesse du Qi à ce niveau, consécutive de la peur, peut provoquer une incontinence urinaire ou anale.

NOTES

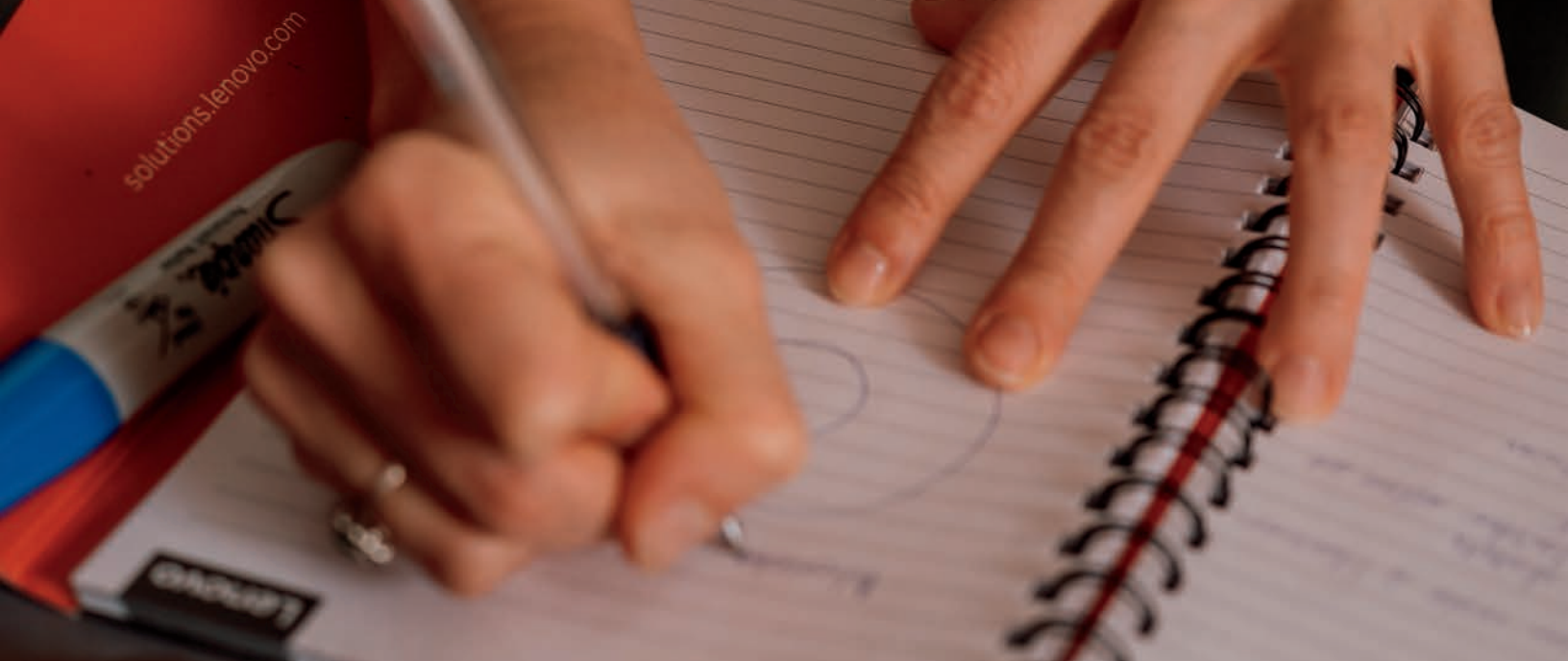
NOTES

NOTES



8

DEVENIR ENTREPRENEUR
THÉRAPEUTE
& EXAMENS



MODULE 8 :

Plan de cours :

- Révision de la théorie + points importants pour les examens finaux
- Devenir entrepreneur thérapeute sur le web
- Examen pratique et théorique
- Célébration et couronnement de fin de parcours



THÉRAPEUTE & ENTREPRENEUR

Assurer ma visibilité et ma présence sur le web

Ariane Vermeersch © 2023

Ariane Vermeersch © 2023

PLAN DE MATCH

Notre agenda

- LES DIFFÉRENTS CANAUX DE DIFFUSION
- QUELS SONT MES SERVICES / PILIERS PRINCIPAUX
- QUEL MESSAGE JE DÉSIRES VÉHICULER / MA ZONE DE GÉNIE / CE QUI ME DIFFÉRENCIE
- À QUI JE M'ADRESSE / CLIENT CIBLE
- CRÉER DU CONTENU ALIGNÉS AVEC MES VALEURS ET MON CLIENT

DIFFÉRENTS CANAUX

**OU VOULEZ-VOUS METTRE VOTRE
ÉNERGIE?**

- INSTAGRAM
- FACEBOOK : PROFIL PERSO, PAGE PRO, GROUPE
- YOUTUBE
- TIK TOK
- PODCAST, INFOLETTRE, FREEBIES, ETC..

ILS PEUVENT TOUS ÊTRE RELIÉS ET VOTRE MATÉRIEL PEUT SERVIR À ALIMENTER VOS DIFFÉRENTES PLATEFORMES. CEPENDANT, AFIN D'ÊTRE INTENTIONNEL, VOUS DEVEZ AVOIR UN PLAN DE MATCH CLAIR AFIN DE BIEN CERNÉ LA MANIÈRE DONT VOUS VOULEZ FAIRE VOTRE «PROMO», COMMENT ET POURQUOI.

LES RS SONT DES PLATEFORMES QUI GÉNÈRERONT DU TRAFFIC VERS VOS SERVICES. ILS SONT ALORS DES OUTILS POUR VOUS. IL S'AGIT DE VOTRE CARTE D'AFFAIRE VIRTUELLE.

DIFFÉRENTS CANAUX

**Générer du contenus de qualité ayant
une valeur ajoutée pour votre client
idéale pour générer du trafic et de la
conversion vers...**

- vos différents services
- votre site web ou votre plateforme de réservation
- événements, appel gratuit, etc.



MON IMAGE

ET SI VOUS ÉTIEZ COMPLÈTEMENT LIBRE DE CRÉER VOTRE PROPRE IMAGE, QUELLE SERAIT-ELLE?

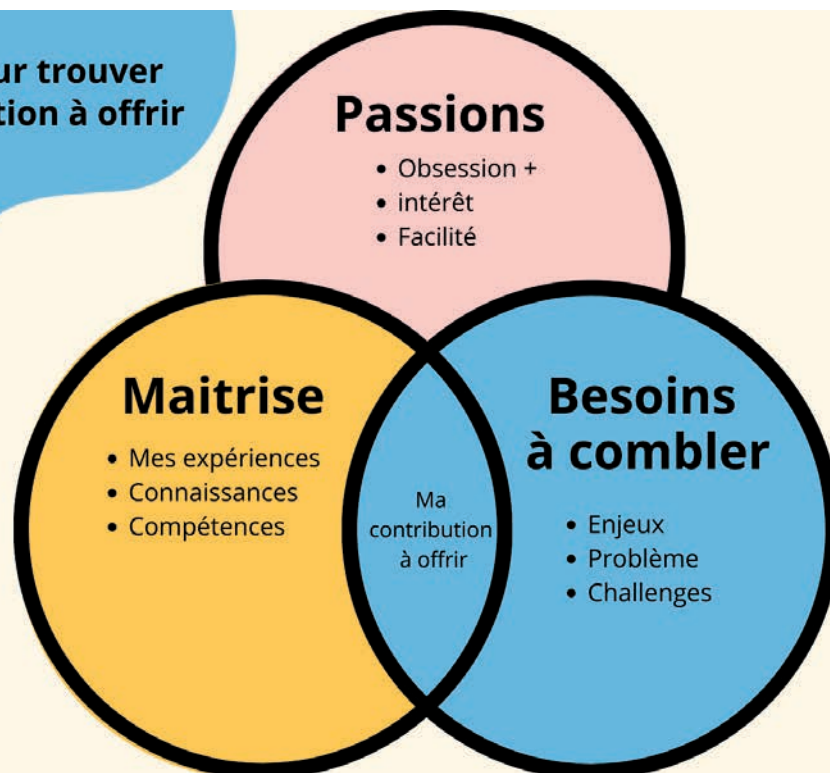
De quelle manière voulez-vous que les gens vous perçoivent lorsqu'il vous regarde?
Qu'est-ce que vous voulez incarner comme présence sur le web?

En marketing web, vous avez la possibilité de bâtir votre image de A à Z. D'être authentique, d'être vous-même, d'exprimer votre créativité, votre vision, mais aussi de créer votre business de RÊVE. C'est vrai, la compétition est présente, mais ce qui vous démarquera c'est VOUS, VOTRE UNIQUENESS !

Nous avons tous la possibilité de se créer notre petite TRIBE et que les gens nous apprécient pour qui nous sommes et surtout, ce que nous leur apportons comme valeur ajoutée.

Par exemple, lorsque vous regardez Val sur ses RS, qu'est-ce qui l'a différencie, quels mots et quelle énergie dégage-t-elle? Je vous invite à vous projeter, à vous regarder d'un regard externe.

3 piliers pour trouver ma contribution à offrir



EXERCICES - À VOTRE TOUR

PRENEZ UN MOMENT POUR FAIRE CETTE INTROSPECTION ET VISUALISER.

EXERCICES :

- Qu'est-ce que vous avez envie d'apporter à votre communauté ?
- Quelles sont vos valeurs principales?
- Quelle impression voulez vous que les gens aient de vous? À partir d'aujourd'hui, vous avez le pouvoir de modeler votre image.
- Quelle énergie voulez vous dégager?

+ partage de groupe 1 min - Pitch de vente : Qui suis-je? Qu'est-ce que je fais? Qu'est-ce que j'apporte aux gens, quels résultats cela créent?

Ariane Vermeersch © 2023

Ariane Vermeersch © 2023

MES SERVICES

Vous êtes maintenant thérapeute en soin quantique.

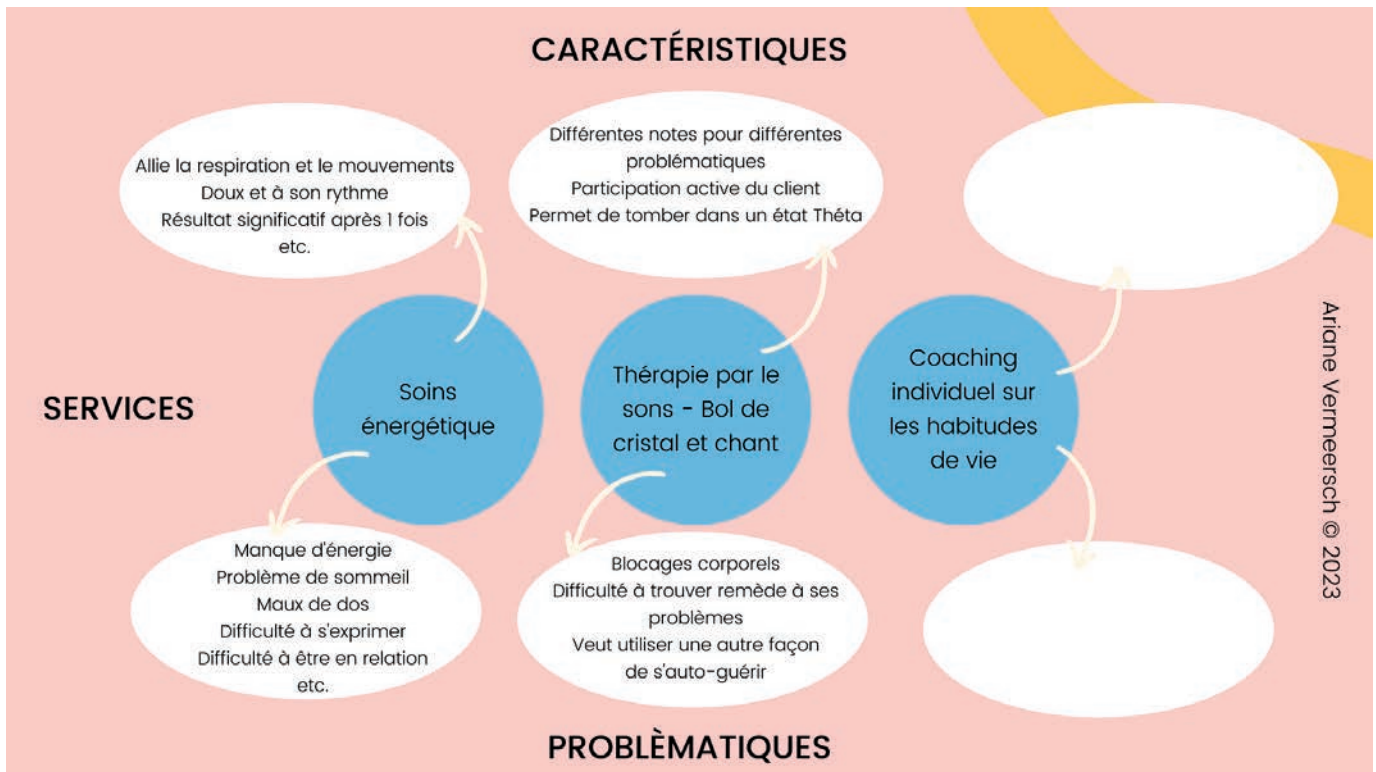
Avez-vous d'autres superpouvoirs que vous voulez apporter à votre offre?

Afin d'avoir une offre de service clair, vous devez déterminer quels sont-ils. Comment allez vous décrire vos services et la manière unique dont vous allez les offrir?

Quels sont les piliers principaux et les différentes caractéristiques de ces derniers qui sont une valeurs ajoutées pour votre clientèle cible?

Différentes pistes de réflexion :

- En quoi mes services se démarquent?
- En quoi il s'agit d'une valeur ajoutée? Pourquoi mes services à la place d'un autre?
- À quelles problématiques ce que j'offre règlera ou résoudra?
- Sur quelles caractéristiques et piliers mes services se basent?



Ariane Vermeersch © 2023

MON PUBLIC CIBLE

En répondant à ces questions et en créant ce schéma, vous serez davantage en mesure de cerner les besoins de vos clients, mais aussi de créer du contenus qui est spécifiques à votre clientèle cible.

Lorsque vous créer des publications ou que vous rédigez des textes pour vos événements et votre site, il est nécessaire de penser à votre client idéal ainsi qu'à ses problématiques et besoins. Idéalement, vous devriez connaitre en détails ses intérêts, son âge, sa position géographique (si vous avez un bureau,etc), mais restons simple. Le but n'est pas de mentaliser tout, mais de vous dresser un portrait de quelqu'un (persona) pourrait vous aider à établir un dialogue sur vos RS et lors de votre rédaction.

Qui est-il/elle?
Que fait-il/elle?
Ou habite-t-il/elle?
Quels sont ses problématiques?
Quels sont ses besoins? Ses valeurs?

COMMUNIQUER CLAIREMENT

Vos services et VOUS sont la solution !

- Lorsque vous rédigez des textes assurez-vous de parler dans votre langage et de rester authentique
- Établissez un sujet que vous désirez aborder (une idée, une prise de conscience, un sujet récurrent en soin, puiser inspiration dans votre réalité et celle des autres/clients)
- Relever la problématique ou une des problématiques que votre client/e pourrait représenter autour du sujet présenté
- Essayer de capter l'attention de votre communauté par une phrase touchante/choquante/révélatrice
- Apporter une piste de solution, une réflexion, une inspiration ou un call to action (services, événement, etc.)
- Essayer de diversifier votre contenu (Citation, présentation de services, piste de réflexion, promo, etc.)
- Utiliser des mots clés qui parlent, diversifier votre vocabulaire et écrivez clairement sans superflu
- Ayez du plaisir en considérant toujours le filon conducteur de qui vous êtes. Ne soyez pas trop sérieux!! Utilisez votre temps et celui des autres qui consomme votre contenu intelligemment

À PARTIR D'ICI

Voici ce que vous avez déterminé :

- Mes services : ce qui les différencient, leur caractéristiques et ce qu'ils résoudront comme problèmes
- Ce qui me différencie moi en tant que thérapeutes et comment je désire apporter ma couleur
- Mon public cible
- Comment créer du contenu et des textes alignés avec moi et ma clientèle

BÂTIR SA COMMUNAUTÉ

Comment faire pour être visibles?

- Déterminer vos canaux de diffusion
- Créer du contenu de qualité ayant une valeur ajoutée de façon constante. De cette manière vous puissiez bâtir une notoriété, mais aussi vous vous faites voir. Cela demande du temps et de l'investissement tant pour le donneur que le receveur.
- Assurez-vous de diversifier vos publications (vidéo, photos, carrousels)
- Créer un dialogue avec les gens vous ont choisi (poser des questions, interagissez avec leur contenus, aller explorer des personnes qui interagissent aussi avec du contenus similaires au vôtres)
- Faites des collaboration avec d'autres personnes ayant un audience plus élever que vous ou similaire
- SHOW UP! Crée du contenus vidéos et photos à l'avance, développe tes propres outils pour pouvoir alléger ton quotidien (dédier un 4h par semaine pour la création de contenu)

AUTOMATIONS & SITE WEB

| Comparatif - Frais hébergement | | | |
|--|---------------------|---------------|------------------|
| | Frais d'hébergement | Cout avant tx | Fréquence |
| Domaine | | 29,99 | par année |
| Hébergement site sans reservation inclus ni paiement (forfait basique) | | 180 | par année |
| Hébergement site avec reservation inclus et paiement (forfait business basique) * domaine inclus première année | | 336 | par année |
| Abonnement schedualista | | 310,68 | par année |
| Abonnement Calendly - juste prise RDV sans automatisation et paiement | | 0 | par année |
| Abonnement Calendly - juste prise RDV avec automatisation et paiement | | 196,2 | par année |

- Si vous désirez avoir seulement une plateforme de RDV avec automatisations, vous pouvez utiliser schedualista ou calendly.
- Si vous désirez avoir un site web avec la prise de RDV avec les paiements automatisés sachez que c'est possible.
- C'est aussi possible d'avoir une plateforme de RDV séparée de votre site web, le forfait du site est alors moins cher.
- La création du site web peut être fait avec Wix, ce qui est très simple et user friendly pour vous. Il est sur que si vous avez besoin d'assistance, cela engendre des frais supplémentaires.
- Quickbook - logiciel comptable travailleur autonome, gestion des revenus et dépenses (66\$/an)

NOTES

NOTES

NOTES

NOTES

NOTES

NOTES

RÉFÉRENCES

- **Fiche des chakras et signification :**
<https://ptimatcha.wordpress.com/2014/11/19/fiche-a4-les-7-chakras-by-ptimatcha/>
- **Ondes cérébrales et leur signification :** <https://cells-optimisation.com/les-ondes-cerebrales-secret-dune-sante-optimale/>
- **Cadran de l'abdomen et organes :**
https://www.health.belgium.be/sites/default/files/uploads/fields/fpshealth_the_me_file/chapitre_1.pdf
- **Connexion spirituelle et somatique du rachis :**
<https://terapix.wixsite.com/corpsenharmonie>
- **Réflexologie intégrale des oreilles :**
<https://lecourrierdesstrategies.fr/wp-content/uploads/2022/04/Reflexologie-auriculaire.jpg>

