

A l'écoute de votre corps
The listening to your body



Voir l'intégralité¹ :

«...L'arbre comprend les racines, le tronc, les branches, les grosses et les petites, jusqu'au petit rameau délicat qui se dresse là-haut ; et la feuille, la feuille morte, la feuille fanée et la feuille verte, celle qui est rongée, celle qui est laide, celle qui tombe, et le fruit, et la fleur _ c'est cela que vous voyez comme un tout lorsque vous voyez un arbre.... ».

See the completeness

« ...The tree includes roots, trunk, branches, bigs and smalls one, up to the small delicate twig which raises itself above; and the leaf, the dead leaf, the faded leaf and the green leaf, the one who is eaten away, the one who is ugly, the one who falls, and the fruit, and the flowers. This is what you see as a whole when you see a tree..."

¹ Krishnamurti. J (1997) « Le livre de la méditation et de la vie », édition Stock.



L'ART D'ETRE A L'ECOUTE

DE VOTRE CORPS

THE ART OF

LISTENING TO YOUR BODY



Contact :

Sophie DURAND

06.12.64.80.69

02.40.56.76.08

durandsophia@orange.fr
Siret N° : 519 459 358 00015

« LE BESOIN DE CONTACT ² » :

Dans un document de l'organisation mondiale de la santé, Bowlby ³ a montré l'importance du contact étroit, à la fois physique et émotionnel, entre la mère et son petit enfant, et cela pour le plus grand bien des deux. La carence de contact avec un environnement privilégié peut être en soi source de maladies physiques telles que plusieurs affections psychosomatiques chez l'enfant et l'adulte.

« The need for contact »:

In a document of the world health organisation, Bowlby showed the importance of close contact, both physical and emotional, between a mother and her child, and which greatly benefits both. The deficiency of contact with a privileged environment can, in itself be a source of physical diseases such as several psychosomatic disorders for both children and adults.

LES DIFFERENTES TECHNIQUES DE MODELAGES ⁴ :

«Le panorama des différentes techniques de modelages peut être divisé en deux grandes catégories, les modelages « mieux être » et les modelages thérapeutiques.

D'une manière générale, dans le modelage, on agit sur des plans et sur des profondeurs différentes au niveau de la peau, du tissu conjonctif, des vaisseaux, de la musculature, des ligaments, des tendons, du périoste et également sur certains organes... »

The various techniques of massage:

"Panorama of the various techniques of massage can be divided into two big categories, the massage "better be" and the therapeutic massage.

Generally speaking, in the massage, we act on plans and on different depths at the skin, connective tissue, the bladder, of the muscle structure, ligaments, tendons, perioste and many organs levels..."

Pour les modelages : une huile végétale à base d'huile d'Olive d'origine biologique et des huiles essentielles adaptées à chaque personne.

Modelages « Mieux être » :

Massages « Better be » :

45 MN

Modelage de l'ensemble du corps; permettant une détente profonde.

Massage of the whole body; allowing a deep relaxation.

Tout rendez-vous annulé sous 48H00 est dû.

Clients will be changed for any appointment cancelled less than 48 hours in advance.

Contact :

Sophie DURAND
8, rue Madame Jan
44260 SAVENAY
06.12.64.80.69
02.40.56.76.08

Pour les modelages diverses techniques sont utilisées :

For the massages different technics are used:

- **Modelage Californien**
- **Californian massage**
 - Conscience du corps
 - Consciousness of the body
- **Modelage structurel**
- **Structural massage**
 - Découverte des tensions
 - Discovered by the tensions
- **Modelage « gestion du stress »**
- **Massage " management of the stress "**
 - Détente profonde
 - deep Relaxation
 - Qualité du touché
 - Quality of the touched
 - Aller à l'essentiel
 - to Go to the main part
- **Réflexologie**
- **(Pieds, mains et visage)**
- **Reflexology (Feet, hands and face)**
 - Relâchement des tensions psycho corporelles
 - Relaxation of the tensions psycho physical
- **Modelage « Métamorphique »**
- **"Metamorphic" modelling**
 - Libération de l'énergie
 - Liberation of the energy

² Pasini.W/ Andreoli.A. Le corps en psychothérapie, édition Bibliothèque scientifique Payot (1993), P : 261.

³ BOWLBY, J.Attachment.Basic Books, New York, 1969.

⁴ Pasini.W/ Andreoli.A. Le corps en psychothérapie, édition Bibliothèque scientifique Payot (1993), P : 262.

