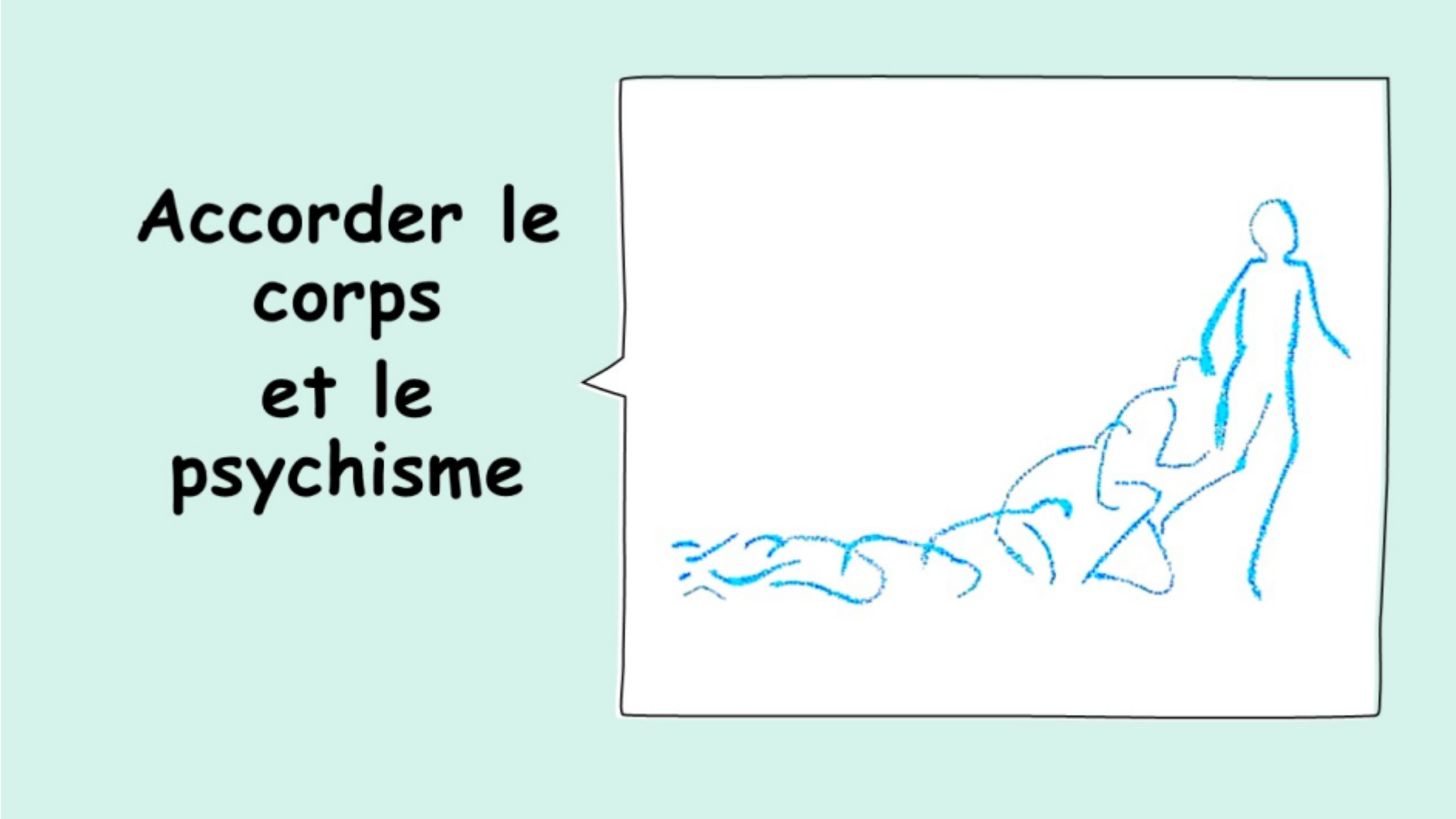
Nadine Durand Fascia-Praticienne en Somato-psychopédagogie



La **Somato-psychopédagogie** issue de la **fasciathérapie**

Somato: désigne le corps et notre ressenti corporel.

Somato-psycho: indique que cette méthode sollicite le lien entre le corps et le psychisme et ce, dans les deux sens: d'une part, en nourrissant notre réflexion d'informations venant du corps; d'autre part en nous apprenant à reconnaître et à prendre en compte les effets de la pensée sur le corps.

Pédagogie: désigne une méthode qui nous invite à apprendre.

En associant toucher, mouvement et paroles, la **Somato-psychopédagogie** constitue une méthodologie qui restaure le lien entre le corps et le psychisme.

*La **Somato-psychopédagogie** est née des travaux de recherche du professeur Danis BOIS et de son équipe de praticiens-chercheurs issus des domaines scientifiques, médicaux, éducatifs et artistiques. Kinésithérapeute et ostéopathe de formation, il a fondé l'école de **Fasciathérapie** dans les années 80, puis l'école de **Somato-psychopédagogie** en 2000.*

J'apprends de mon corps

La **Somato-psychopédagogi**e vient en soutien aux pratiques médicales et paramédicales et encourage la participation active du patient à son processus de santé.

La relation d'aide

La **Somato-psychopédagogie** permet d'apprendre à être plus en lien avec son vécu corporel et ses perceptions, à équilibrer son tonus interne, à relancer sa vitalité et son potentiel créatif pour être acteur de sa vie

Le corps est un matériau à mémoire.

Notre vie psychique, nos pensées, nos émotions ont une influence sur notre corps et notre santé. Grâce à un toucher spécifique très doux, la **Somato-psychopédagogie** travaille en profondeur sur les fascias et propose au corps de se libérer des immobilités et raideurs, qu'elles soient physiques ou/et psychiques. Soutien aux pratiques médicales, encourage la participation active du patient à son processus de santé.

Les bénéfices de l'accompagnement

- Relancer sa vitalité

- Développer sa confiance et son adaptabilité

- Mieux gérer ses émotions et son affectivité

- Enrichir sa manière d'être en relation

- Apaiser les douleurs physiques et/ou une souffrance psychique

- Apprendre à s'écouter pour mieux vivre son corps

- Evacuer un stress

- Agir sur les troubles du sommeil, la fatigue, les symptômes dépressifs, les angoisses…

- Soutenir les personnes en perte de sens dans leur vie

- Instaurer une qualité de présence à soi et aux autres

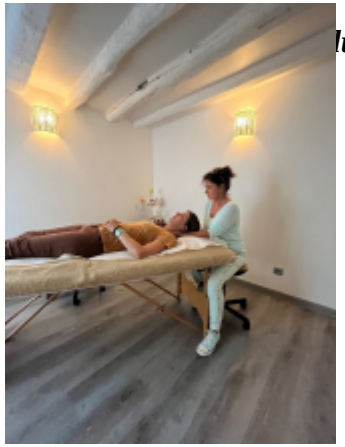
- Accompagner les personnes à mieux traverser l'épreuve de la maladie

Fascia-Praticienne en Somatopsychopédagogie, 25 ans d'expérience dans le paramédical, accompagnement dans le centre anti-douleurs de Corbeil-Essonnes. Diplôme Universitaire Somato-psychopédagogie (2004-2008)

Cet accompagnement convient à tous les âges.

La personne est allongée ou assise et demeure habillée en tenue confortable.

Tarif de la séance: 65 euros



lu mouvement interne de son corps, comme force de régulation avec un sentiment fort de retrouvailles avec soi même.

Adresse

5 rue du Mossu
77590
Bois-le-Roi
0615331542
nadinedurandspp77@gmail.com

Horaires d'ouverture

lundi 09:00–19:00

mardi 09:00–19:00

mercredi 09:00–19:00

jeudi 09:00–19:00

vendredi 09:00–19:00

samedi 09:00–14:00

dimanche Fermé

Contact

Sur RDV

06 15 33 15 42

nadinedurandspp77@gmail.com