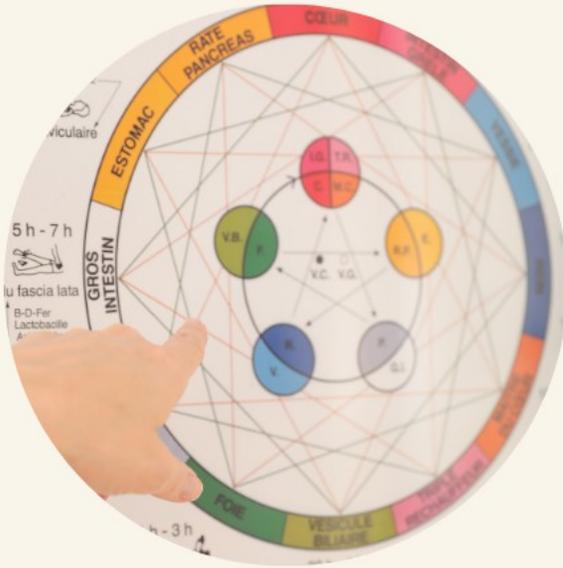




La kinésiologie



La kinésiologie



Comment
se passe
une séance ?



Mettons
en pratique
la kinesiology !



Le test musculaire



Comment se passe une séance ?



Entretien



Pré-tests
(transfert ?)



Etats
des lieux



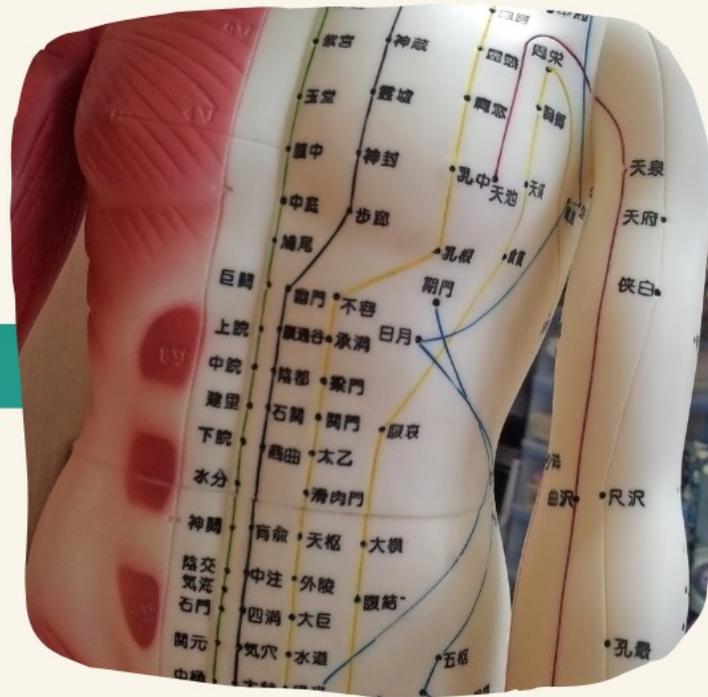
Equilibrations
et
vérifications



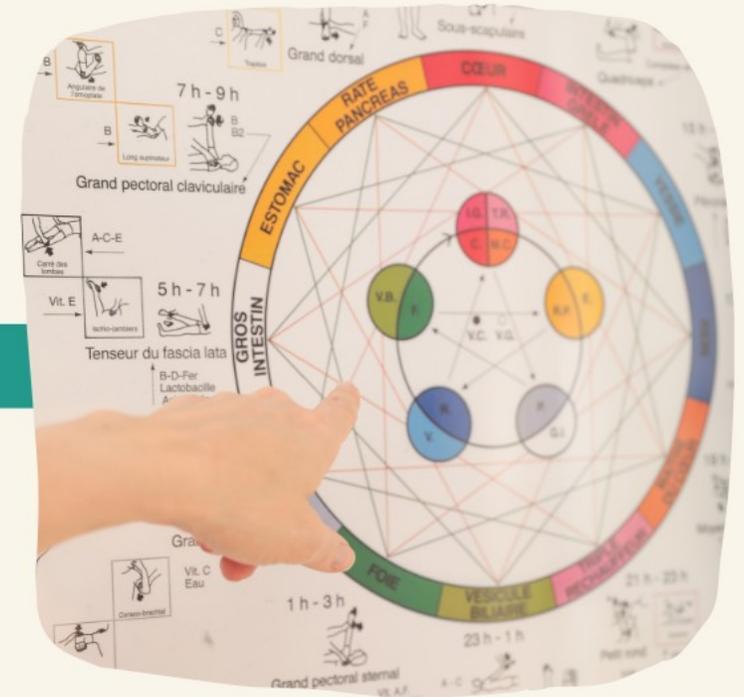
Dr Goodheart



Muscles



Méridiens

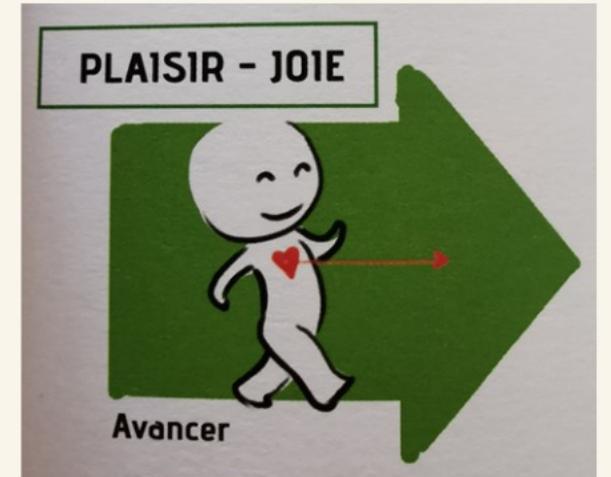
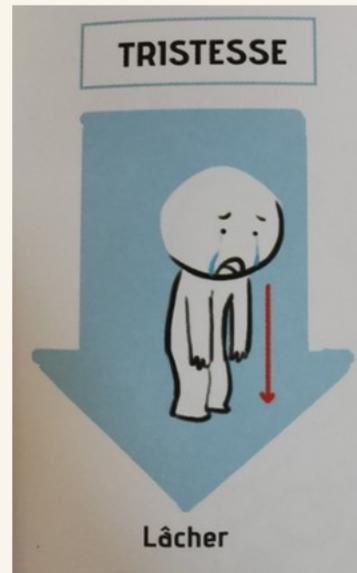


Emotions



Qu'est-ce qu'une
émotion ?

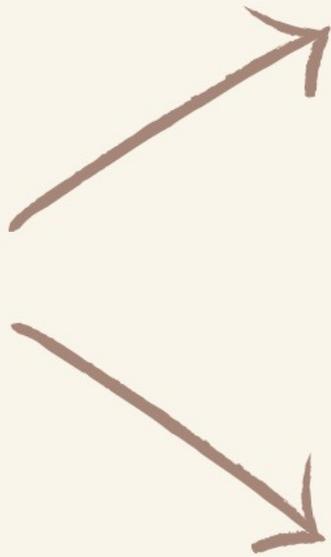
Une réaction spécifique
du corps à un évènement



Illustrations extraites du livre de Art-mella :
« Emotions, enquête et mode d'emploi »

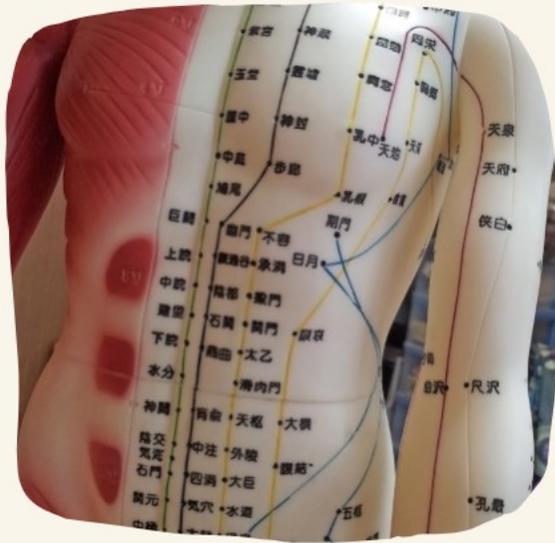


Les émotions
influencent sur



Santé : douleurs, symptômes

Mémoire, apprentissages,
notre capacité à gérer
une situation



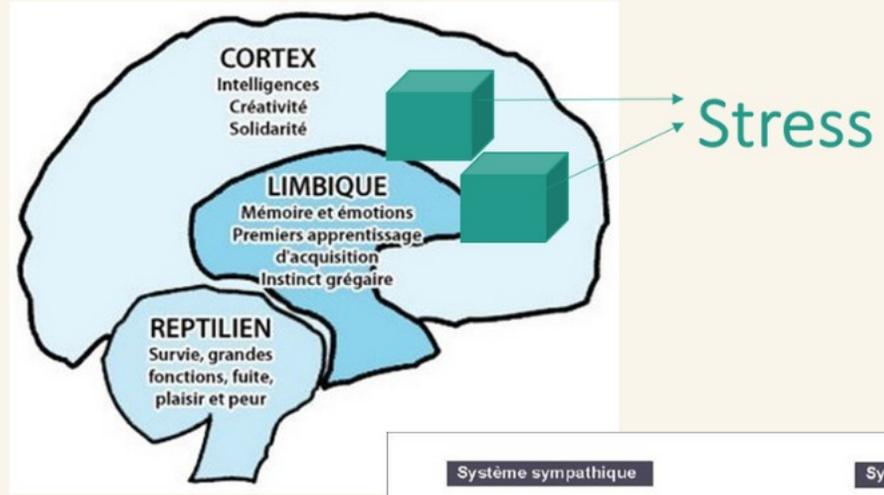
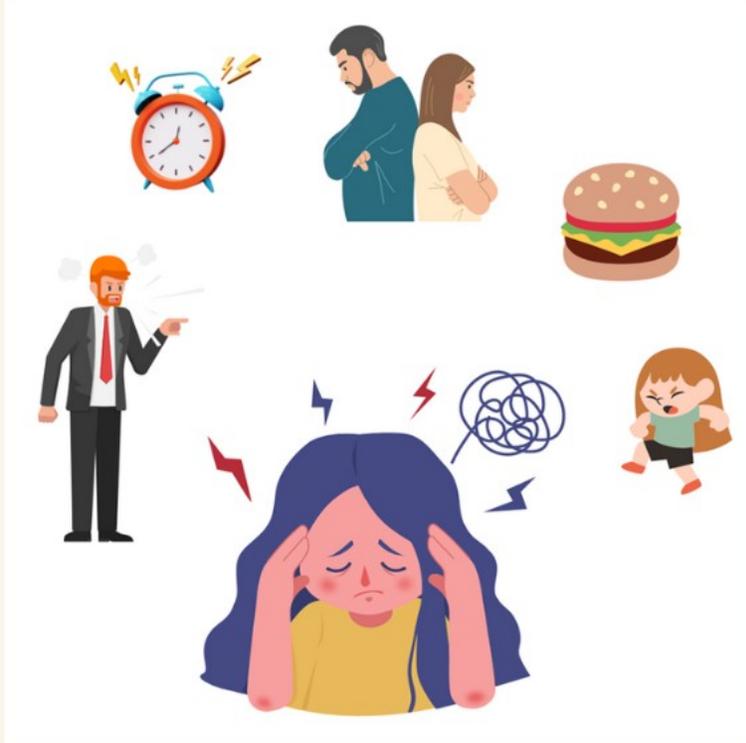
Un méridien
libéré



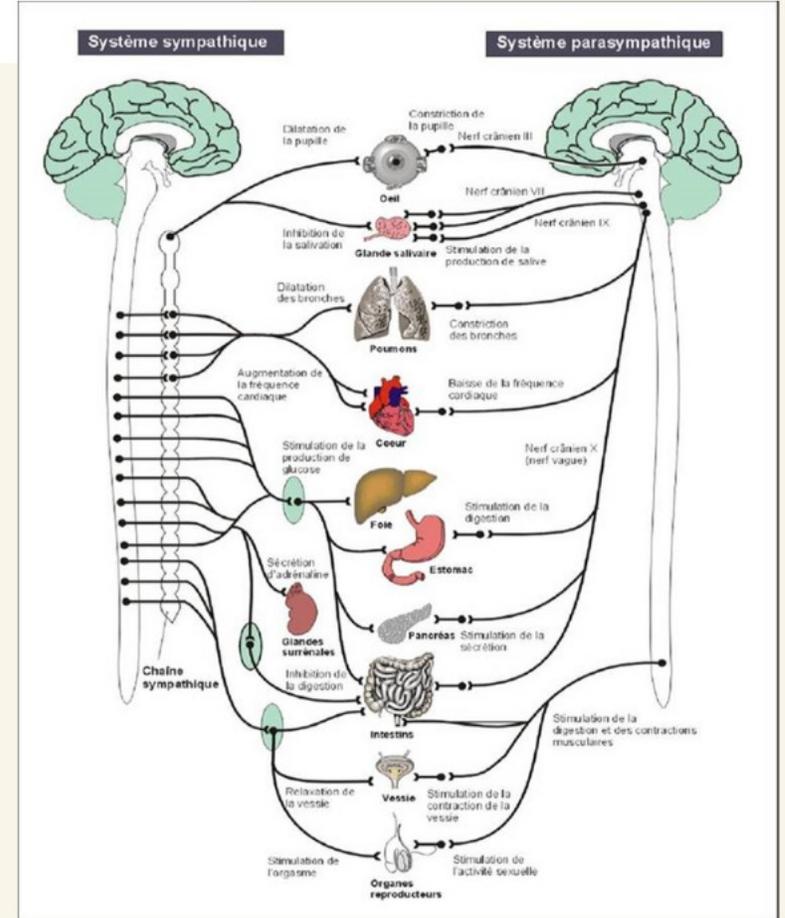
STRESS



EMOTIONS



Un stress trop régulier
influence notre santé
physique et mentale.





Prendre soin de soi
est primordial !

Dans quel cas consulter un kinésiologue ?



Douleurs
Maladies
Rééducation



Difficultés
relationnelles
pro ou perso
Confiance en soi



Problématiques
liées au stress
(anxiété,
sommeil...)

Kinésiologie et apprentissages ?



Accompagnements
individuels



Ateliers
adultes et famille

Mon rituel anti-stress

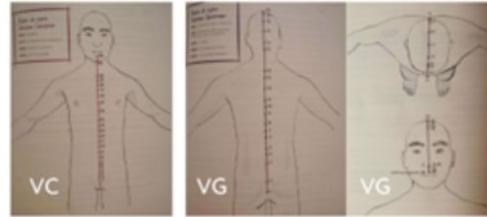
Source des images : Corps et points liés de Claudia Jurascheck, la kinésiologie selon le Dr Charles Krebs

ECAP, mettons IE CAP sur notre mieux être !



Les petits plus pour :

- Brosser le Vaisseau Conception / Vaisseau Gouverneur



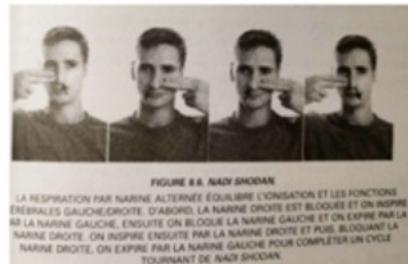
- Mouvements des yeux, le plus loin possible :



- Massage des oreilles



- Respiration alternée



- Le 8 paresseux avec main gauche/droite/les 2 ou comme sur l'image



Après un évènement stressant :

- Boire
- Respirer
- Frontal / occipital (poser une main sur son frontal et l'autre sur son occiput)
- Visualiser la situation stressante et la peindre dans la couleur qui nous convient



OU



FIGURE 6-16 DÉMARRAGE DU STRESS ÉMOTIONNEL. TOUCHER FRONTAL/OCCIPITAL.
LA PALME D'UNE MAIN EST TENDUE TOUT LE LONG DE LA BASE DU CRÂNE, TANDIS QUE LE
POUCE ET LES DOIGTS MAJEURS DE L'AUTRE MAIN PRESSENT LES DEUX CÔTÉS DU FRONT.
DES PRESSIIONS ENZÉLÉES. CES POINTS SONT TENDUS SOUS PRESSION JUSQU'À CE
QU'ON SENTE UNE DOULEUR PULSATOIRE SOUS LE POUCE ET LES AUTRES DOIGTS.

Se centrer :

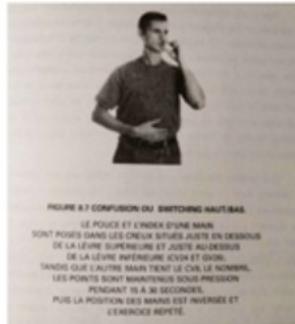


FIGURE 6-7 CONFUSION OU SWITCHING HAUTES MERS.
LE POUCE ET L'INDEX D'UNE MAIN
SONT POSÉS DANS LES CIEUX JUSTE EN DESSUS
DE LA LÈVRE SUPÉRIEURE ET JUSTE AU DESSUS
DE LA LÈVRE INFÉRIEURE ÉCARTÉES ET SÈCHES.
TANDIS QUE L'AUTRE MAIN TIENS LE CŒUR, LE NOMBIL,
LES POINTS SONT MANTENUS SOUS PRESSION
PENDANT 10 À 30 SECONDES.
ENSUITE, ON INVERSE LES MAINS ET
L'EXERCICE EST RÉPÉTÉ.

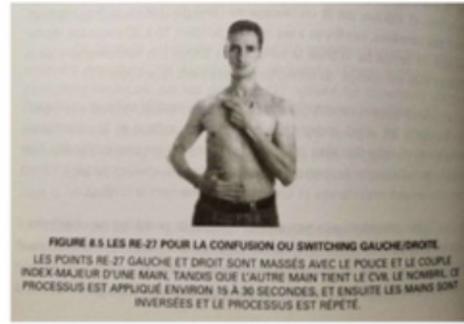


FIGURE 6-5 LES RE-27 POUR LA CONFUSION OU SWITCHING GAUCHE/DROITE.
LES POINTS RE-27 GAUCHE ET DROITE SONT MASSÉS AVEC LE POUCE ET LE DOIGT
INDEX MAJEUR D'UNE MAIN, TANDIS QUE L'AUTRE MAIN TIENS LE CŒUR, LE NOMBIL, ET
PROCESSUS EST APPLIQUÉ ENVIRON 15 À 30 SECONDES, ET ENSUITE LES MAINS SONT
INVERSÉES ET LE PROCESSUS EST RÉPÉTÉ.

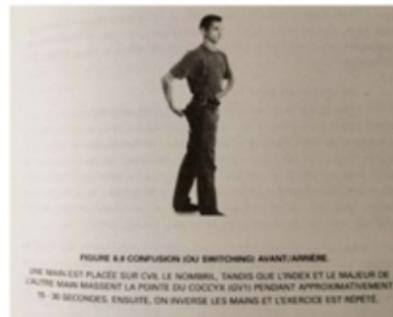


FIGURE 6-8 CONFUSION OU SWITCHING AVANT/ARRIÈRE.
UNE MAIN EST PLACÉE SUR CŒUR, LE NOMBIL, TANDIS QUE L'INDEX ET LE MAJEUR DE
L'AUTRE MAIN MASSENT LA POINTE DU COCCYX (S'V) PENDANT APPROXIMATIVEMENT
10 À 30 SECONDES. ENSUITE, ON INVERSE LES MAINS ET L'EXERCICE EST RÉPÉTÉ.

Merci pour votre écoute !

Je reste disponible
pour toutes vos questions

