

LES BENEFICES DE LA KINESIOLOGIE

La kinésiologie est une pratique professionnelle destinée à favoriser un état d'équilibre et de bien-être dans son corps, dans son cœur et dans sa tête

Grâce à des techniques efficaces rapidement et durablement, elle permet :

- de comprendre les causes profondes de son mal-être
 - d'apprendre à mieux se connaître
 - d'améliorer l'estime de soi
- de clarifier ses objectifs et trouver sa voie
- De se libérer des obstacles au changement
- d'avancer en toute confiance vers la réalisation de ses rêves

Kiné....siologie?



Elle utilise un test musculaire (d'où le terme kiné) pour établir un dialogue avec le corps et ses mémoires.

Vous traversez une période difficile, ou vous êtes confrontés à des épreuves ou défis majeurs dans votre vie?

Vous êtes à un carrefour dans votre vie et vous avez des choix importants à faire?

Vous êtes parent, enseignant ou accompagnant d'enfants et adolescents en difficulté comportementale ou scolaire?

Marie-Christine
GAUX

ADULTES 02-38-94-60-26
ADOS 06-12-29-70-47
ENFANTS

www.mcgaux.com

65 Les Hauts de la Selle
45210 La Selle sur le Bied

Gestion du stress et Kinésiologie

**VOUS ETES EN RECHERCHE
DE COMPREHENSION ET DE SOLUTIONS?**

Avez-vous déjà pensé à

LA KINESIOLOGIE ?

Une approche efficace aux résultats rapides et durables

QUAND CONSULTER?

↳ **En cas de doutes, peurs, angoisses et phobies,**

↳ **Quand on se sent mal dans sa peau,**
fatigué, agité, découragé, ou malade,

↳ **Pour traverser des passages de vie difficiles**
(deuil, divorce, burn out, maladie grave...)

↳ **Pour transformer des sentiments plus profonds d'échec**
dans sa vie scolaire, affective ou professionnelle.



↳ **Pour être plus serein, joyeux et impliqué**
à l'école, au travail ou dans la vie de tous les jours

↳ **Pour améliorer** lecture, écriture, prise de parole en public,
motivation, concentration, mémorisation,
organisation et stress durant les examens
ou face à des enjeux importants,

QUELQUES EXEMPLES DE MOTIFS DE CONSULTATIONS :

- Stress, anxiété, phobies, burn-out
- Crises d'angoisse et de spasmophilie

- Douleurs physiques
- Troubles du sommeil
- Enurésie

- Problèmes de poids et troubles de l'alimentation
- Arrêt du tabac et addictions

- Comportements hyperactifs et difficultés d'attention
- Difficultés d'apprentissage scolaire
- Accompagnement des DYS (dyslexie, dyspraxie...)
- Accompagnement des enfants intellectuellement précoces
- Passages d'examens.

- Développement personnel
- Accompagnement au changement