

max
duo

blog

- Qui suis-je ?

Je m'appelle Valérie.

Je pratique les arts martiaux et principalement l'Aïkido, depuis l'adolescence.

Ceci m'a mené vers une première formation en shiatsu (en 2003) se poursuivant par des stages d'approfondissement dans le domaine énergétique.

Ce cheminement repose sur la profonde conviction que l'Homme moderne a besoin de se reconnaître avec lui-même ~~et avec tout~~.

Puis, la nécessité de compléter cette approche par une formation en sophro-relaxologie (en 2019) s'est fait ressentir, afin d'apporter aux personnes désireuses des outils, une connaissance de soi, ~~leur~~ permettant de devenir acteur / actrice de leur vie.

- Une volonté éthique

- esprit de bienveillance
 - offrir des outils favorisant l'autonomie et la responsabilisation de soi
 - ne pas se substituer à un traitement thérapeutique conventionnel.
- Cependant, il est possible d'accompagner le traitement en une synergie bienveillante et respectueuse.
- la discrétion absolue quant aux confidences ayant lieu pendant l'accompagnement.

- esprit de bienveillance
- offrir des outils favorisant l'autonomie et la responsabilisation de soi
- proposer un traitement thérapeutique conventionnel

- ne pas se substituer à un traitement thérapeutique conventionnel.

Cependant, il est possible d'accompagner le traitement en une synergie bienveillante et respectueuse.

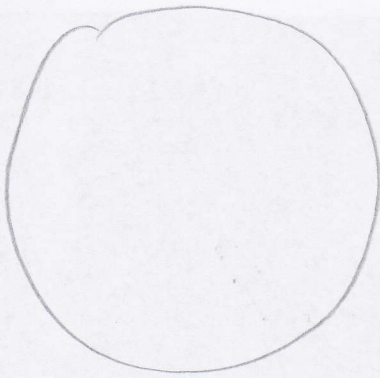
- la discrétion absolue quant aux confidences ayant lieu pendant l'accompagnement.

- Formations complémentaires

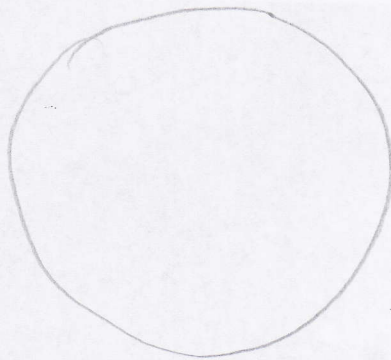
- Techniques douces de rebouteux
- massage sportip
- Deep tissue

- message spoofing

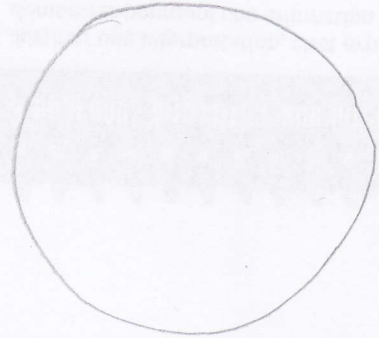
- Deep fissure



~ Shiatsu ~



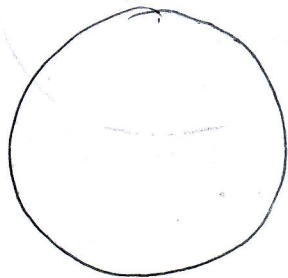
~ Sophro-
relaxation ~



~ techniques
manuelles de bien-être ~

~ Shiatsu ~

1 page



D'origine japonaise mais fondé sur les principes de la médecine chinoise, c'est une méthode de régulation des flux énergétiques par pression des pouces tout au long des méridiens d'acupuncture.

Le shiatsu respecte toutes les dimensions de l'être et les harmonise.

Sa pratique équilibre le système neurovégétatif et procure une grande détente. En harmonisant la circulation du ki, le shiatsu favorise l'élimination des toxines, réduit considérablement les effets du stress et équilibre la vie émotionnelle.

Efficace dans les cas suivants : maux de dos, tensions et douleurs musculaires, fatigue, ruminations mentales...

Le shiatsu frappe aux portes, les entrebâille éternellement, mais c'est le patient qui les ouvre.

Tarif :

Séance 1H = 60 €

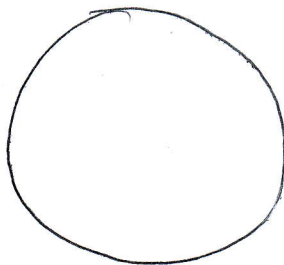
Protocole de 3 séances

à 8 jours = 180 €
d'intervalle

Conseil :
Tenue confortable

~ Sophro-relaxologie ~

1 page



La sophro-relaxologie est une clé, un outil qui permet de se reconnecter avec soi-même et ainsi mieux gérer ses difficultés émotionnelles, psychologiques et physiques.

Elle permet de se ressourcer, tout en ~~libérant~~ libérant de ses freins : peurs, blessures... pour devenir autonome en reprenant confiance en soi et ainsi avancer plus sereinement dans sa vie.

C'est un espace-temps où il est possible de modifier ses schémas de pensées, trouver ses ressources par atteindre un équilibre et une juste présence à soi-même et aux autres, ici et maintenant.

Idéal par :

le lâcher-prise, l'enracinement, le travail des émotions, la confiance en soi, optimiser ses capacités, libérer ses tensions musculaires, trouver ses ressources...

Tarif :

Séance 1H = 60 €

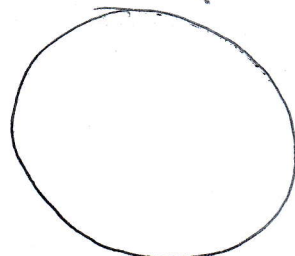
Protocole de 5 séances

toutes = 350 €
15 jours

Conseil : tenue
confortable

~ Techniques manuelles de bien-être ~

1 page



• Les techniques douces de rebattement ~~ont un effet~~ sont une méthode de remise en forme qui s'adresse à tous, y compris ceux sportifs. (Sans manipulation)

Il s'agit d'un massage qui consiste en une oxygénation et une remise en état par libération des ~~toxines~~ toxines. Cette méthode va réactiver les muscles, les nerfs, les ligaments.

• Le massage sportif est une technique de confort non thérapeutique qui permet de se libérer des tensions et soulager les douleurs tout en procurant une grande sensation de détente.

• Le Deep Tissue ou relâchement myofascial est une technique de confort non thérapeutique. C'est un massage qui permet de libérer les contractures en améliorant la posture du corps. Les masses musculaires sont "détachées" entre elles ainsi que de l'ossature proche.

Ces techniques conviennent à toute personne désireuse de se libérer de ses tensions ainsi qu'à ceux personnes qui font des gestes répétitifs et qui se créent des tensions.

Tarif :

Séance 1H = 60 €

"Fais du bien à ton corps
Par que ton âme ait envie
d'y rester"
Proverbe indien.

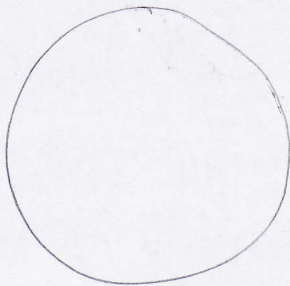
Conseils :

= Sous-vêtements
adaptés par / tous
chaque séance = système d'attache par

~ MASSAGE DUO ~

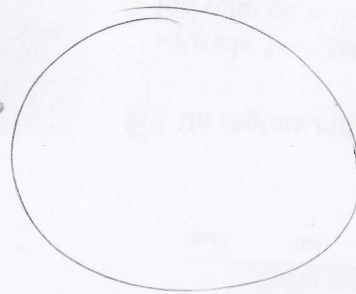
Paul et Valérie vous accueillent par un massage duo -
 C'est un massage ^{à 2} qui offre une sensation de détente, où
 le corps et le mental ~~s'abandonnent~~ peuvent s'abandonner ^{par} un instant
 d'éternité.

Il peut se pratiquer en couple, entre ami(e)s.
 Nous avons 2 lieux d'accueil.



L'Atelier
 Montigny les Metz
 07 66 70 32 05

ru. fee. do.
 Neuilly-Maisons
 06 05 76 46 55



~~La~~ séance: ~~1h30~~ 1h30

~~Tarif :~~ prendre contact ~~par~~
~~avant~~ ~~servant~~ prestations
~~150~~ ~~250 €~~
~~selon~~

Tarif : entre 150 et 250 € selon prestations
 Prendre contact.

Conseils : - Sous-vêtements adaptés pour 1 heure
 - Système d'attache pour cheveux longs

Informations pratiques :

- types de séances :
 - individuelle
 - collectif / groupe
 - entreprise
- public :
 - adulte
 - enfant (à partir de 7 ans)
 - adolescent
 - sénior
- lieu(x) :
 - en cabinet (à Neuvy-sur-Noyon)
 - à domicile (à moins de 30mn de Neuvy-sur-Noyon)
- moyens de paiement :
 - espèces
 - chèque

Information(s) complémentaire(s)

n° de siret :

- tous les produits utilisés sont d'origine biologique et respectueux de l'environnement -

~ BLOG ~



LES VALEURS D'AUJOURD'HUI

Les valeurs d'aujourd'hui sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui.

Les valeurs d'aujourd'hui sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui.

LES VALEURS D'AUJOURD'HUI

Les valeurs d'aujourd'hui sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui.

Les valeurs d'aujourd'hui sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui.

Les valeurs d'aujourd'hui sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui.

Les valeurs d'aujourd'hui sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui. Elles sont les valeurs qui nous permettent de vivre dans le monde d'aujourd'hui.

~ Contact : ~

Ki. Fee. Do ~~118~~

06 03 76 46 55

~~Ki. Fee. Do @ gmail.com~~

Ki. Fee. Do = 54 @ gmail.com



Ki.Fée.Do

Shiatsu

Sophro-relaxologie

Techniques manuelles de bien-être

ki.fée.do.54@gmail.com

06.09.76.46.55

www.ki.fée.do.fr