

Khépri Santé organise son Cocooning Day le 11 juin 2017 à l'occasion de la Journée mondiale du bien-être

Aujourd'hui, le stress concerne deux salariés sur trois en France. Véritable fléau, le stress est à l'origine de nombreux troubles, aussi bien physiques (troubles musculo-squelettiques, problèmes cardiovasculaires) que psychiques (dépression). Au vu des effets néfastes que le stress peut avoir sur nos vies, il est important de savoir comment le gérer, pour éviter le développement de pathologies plus graves.

Pour aider les Français à se libérer du stress, **Khépri Santé** organise un **Cocooning Day** pour ses usagers. Cette journée, qui aura lieu le **11 juin 2017**, a pour objectif de faire se rencontrer les participants et les professionnels de la santé.

Spécialisé dans les thérapies complémentaires, le centre aidera toutes les personnes en souffrance qui souhaitent améliorer leur vie mais qui ne savent pas par où commencer. Qu'il s'agisse de booster leur énergie malgré leurs préoccupations professionnelles, d'agir pour changer de vie ou encore de trouver le bon équilibre pour concilier vie privée et vie professionnelle, des solutions existent pour aller mieux !

Khépri Santé met également l'accent sur le développement personnel, les soins de confort pour la femme à tous les âges de la vie et les troubles du sommeil.

Des conférences courtes, pour approfondir son savoir sur certains sujets liés au bien-être :

Le Cocooning Day s'articulera autour de différentes séances, correspondant aux envies des patients. Au programme: massage de relance lymphatique, sophrologie, réflexologie plantaire, yoga du rire, bilan énergétique, shiatsu, aromathérapie, kinésiologie, astro et connaissance de soi, méditation pleine conscience, access bar.

Dépression, burn-out, troubles vasculaires... il y a urgence à décompresser !

En France, les deux tiers des salariés sont concernés par des problèmes de stress avec les conséquences que cela implique pour leur santé physique (troubles musculo-squelettiques, problèmes cardiovasculaires) et psychique (dépression). Ce n'est pas un hasard si le nombre de burn-outs explose !

Un constat qu'Evelyne Revellat, la fondatrice du centre Khépri Santé, partage :

Aujourd'hui, mes clients viennent me voir pour tourner la page après un burn-out et faire la différence entre burn-out et dépression, sortir d'une situation de harcèlement et se préparer à la reprise professionnelle dans

leur entreprise, envisager une solution dans le cadre de la mobilité interne ou se remettre le pied à l'étrier autrement.

Car il existe des thérapies éprouvées depuis de nombreuses années pour ENFIN apprendre à décompresser, retrouver un sommeil de bonne qualité et remettre de l'énergie et du positif dans sa vie, sur tous les plans.

Chacun peut ainsi profiter d'un soin adapté à son profil, son vécu et ses attentes.

A ne pas manquer : le Cocooning Day du 11 juin 2017 au centre Khépri Santé

Khépri Santé, le spécialiste des thérapies complémentaires, organise dans ses locaux une rencontre exceptionnelle entre les professionnels de la santé et les particuliers lors du **Cocooning Day du 11 juin 2017, de 10h à 18h.**

Cette journée dédiée au bien-être est l'opportunité d'échanger avec des praticiens expérimentés, de s'initier à différents soins et d'agir concrètement en faisant le premier pas vers une vie plus équilibrée, plus sereine et plus épanouissante.

Il suffit d'entrer dans ce lieu convivial, propice à la détente et au bien-être, pour commencer à se faire chouchouter !

Comme le nombre de places est limité, la réservation est obligatoire.



Khépri Santé : en un seul lieu, plus de 20 pratiques différentes pour renouer avec le bien-être

Khépri Santé est un centre de santé paramédical et de thérapies complémentaires qui permet à chacun d'améliorer sa santé, sa qualité de vie ainsi que de concilier vie privée et travail en toute sérénité.

Que la personne ait besoin d'un coaching, d'une évaluation psychologique, d'un bilan de compétences professionnel, de développer sa confiance en elle, de se débarrasser des douleurs physiques dues au stress, de gérer des chocs émotionnels (perte emploi, deuil, séparation), de traiter des troubles nutritionnels, de soigner des addictions (boulimie, tabac, alcool), de savoir comment réagir en cas de mal-être au travail ou de harcèlement... des professionnels compétents et expérimentés vont l'accompagner et la guider vers le bien-être.

En un seul et unique lieu, une équipe pluridisciplinaire propose un ensemble de thérapies reconnues pour leur efficacité et leurs actions bénéfiques tant au niveau psychique que physique :

- sophrologie
- iridologie
- hypnose
- massages
- étiopathie
- réflexologie
- ostéopathie
- hirudothérapie
- pédicure-podologie
- soutien psychologique
- chiropaxie
- phytothérapie
- aromathérapie
- méditation
- naturopathie
- gestalt thérapie
- kinésiologie
- E.F.T
- coaching
- E.M.D.R

Les usagers du centre trouvent facilement le bon praticien ou coach au bon moment et à n'importe quelle heure, grâce à la réservation en ligne ou par téléphone, pour découvrir le soin qui leur correspond et pour pouvoir choisir, si besoin, une prise en charge et un suivi à distance.

Très réactif et disponible, le service client montre une grande qualité d'écoute et s'adapte aux attentes des usagers pour planifier des rendez-vous en dehors des heures de bureau lorsque cela est nécessaire.

Evelyne Revellat souligne :

Nous guidons les personnes afin qu'elles puissent choisir, parmi nos méthodes, celles qui seront les mieux adaptées, et ce, en fonction de leur situation. Il est possible de se soigner naturellement, de travailler sur soi, d'apaiser son esprit, de mettre son corps en mouvement, et d'expérimenter des méthodes thérapeutiques manuelles.



Cocooning Day : plusieurs ateliers à découvrir pour en finir avec le stress !

Comment évacuer toutes les peurs, le stress, et tous les freins qui empêchent d'avancer et qui créent des souffrances physiques et psychiques ?

Pour faire découvrir à chacun des techniques pour reprendre sa vie en main et à aller vers un mieux-être global, Khépri Santé propose aux particuliers de profiter du Cocooning Day pour participer à différents ateliers :

Cocooning Day :

C'est vivre un moment d'exception pour bénéficier des effets positifs des pratiques du centre pendant 2 séances individuelles de 30 min et un atelier collectif.

C'est s'accorder un moment privilégié pour se remettre en forme en testant les pratiques du centre dans une démarche pédagogique et en s'appropriant des méthodes anti-stress.

Cocooning du dimanche 11 juin (journée mondiale du bien-être)

Thèmes:

- Mieux se connaître pour être moins stressé face à un changement de vie privée ou professionnelle
- Les cycles de la féminité : de la puberté à la ménopause: avant, pendant et après une grossesse (pour éviter tous les problèmes : alimentation, poids, rétention d'eau, peau, stress, se préparer à la reprise professionnelle...)
- Troubles du sommeil: insomnie, réveil nocturne, sommeil peu réparateur...

Ateliers Individuels:

- Coaching orientation, motivation et nouveau projet,
- Coaching de vie avec Lydia Lecusson,
- Naturopathie et soins de confort pour la femme,
- Sophrologue femme enceinte et périnatalité,
- Réflexologie plantaire et globale,
- Hypnose expertise sommeil,
- Étiopathie,
- Image de soi et confiance en soi, retrouver ses repères après un événement de vie important (naissance, prise de poids, dépression...),
- Fasciathérapie, relaxation profonde par le corps,
- Relance lymphatique, et massage relaxation Reiki

Ateliers collectifs:

- Yoga du rire : rire & santé,
- Aromathérapie : comment utiliser les huiles essentielles,
- Sommeil et auto-hypnose.

Informations pratiques

Le Cocooning Day se déroulera le 11 juin 2017 au centre Khépri Santé.

Tarif : 30 euros pour 2 ateliers individuels + 1 collectif

Adresse : 118 Grande Rue Charles de Gaulle, 94 130 Nogent-sur-Marne, 4ème étage

Horaires : de 10 heures à 18 heures

Pour venir : accès RER E station Nogent-le-Perreux

A propos d'Evelyne Revellat, la fondatrice de Khépri Santé



Fondatrice du Centre KhepriSanté, elle est psychopraticienne EFT en thérapie brève, (thérapeute intégrative, Dialogue Intérieur et sophrologie). Elle a également une compétence commerciale (Ecole de commerce).

Elle a travaillé 15 ans dans les Ressources Humaines en entreprise et 15 ans en tant que conseil, coach interne et thérapeute.

C'est pour marquer ses 30 ans d'expérience qu'elle a décidé de créer le Centre Khépri Santé, Centre de Santé Paramédical, de thérapies complémentaires et de soutien psychologique.

Ses patients la consulte suite à un trauma ou encore pour se reconstruire après un burn-out. Son analyse du contexte et de la situation grâce à une approche stratégique des enjeux relationnels, lui permet d'aider ses patients à sortir aisément d'une situation de dépendance ou d'emprise, d'une relation toxique ou de harcèlement pour retrouver son autonomie. Elle les guide aussi pour « couper le cordon » et lever le poids de la culpabilité.

Au sein des familles concernées par l'adoption, elle aide les adoptés et les adoptants à comprendre et à mieux vivre les enjeux relationnels au sein de leur famille.

Elle travaille aussi sur la différence entre sentiment amoureux et sentiment d'attachement et sur l'origine des perturbations relationnelles en lien avec l'insécurité affective.

Elle accompagne les personnes en phase de reconstruction après un arrêt de travail sur une longue période pour raison médicale. Cela leur permet de se préparer à une reprise professionnelle en douceur et dans de bonnes conditions.

Son expérience de Responsable des Ressources humaines et dans le domaine du management instaure un climat de confiance avec ses patients et renforce l'efficacité de la relation d'aide. Sa compréhension et sa connaissance de l'environnement lié au travail leur est rassurante.

Evelyne Revellat mêle gestion des émotions, animation de groupes et pédagogie interactive pour redonner énergie et enthousiasme à ses patients. Elle guide chaque personne vers l'intervenant le plus adapté au sein du Centre pluridisciplinaire.

Elle est aussi à l'origine du service de soutien psycho-social aux salariés mis en place dans le cadre de la Santé et Qualité de Vie au Travail.

A propos du centre Khépri Santé, Evelyne Revellat précise :

J'ai mûri ce projet pendant 10 ans, car j'ai eu moi-même des difficultés à trouver efficacement un thérapeute adapté. J'étais face à une offre dispersée, avec une multitude de spécialistes, souvent injoignables. Et quand, j'ai voulu m'installer à mon tour, il a été très difficile de trouver un cabinet partagé, au bon endroit et au bon prix.

Pour ce faire, elle s'appuie sur ses compétences développées lorsqu'elle était dirigeante de sa première entreprise, Khépri Développement. Elle a également pris le temps de se former pour exercer le métier de thérapeute qui lui tient à cœur depuis de nombreuses années.

En effet, Evelyne a toujours eu le goût des autres ! Quand elle était jeune, elle était attirée par des études en psychologie et, quand elle décroche son premier emploi chez Hewlett Packard au service recrutement en 1984, elle a aussitôt la conviction qu'elle va mener l'essentiel de sa carrière dans les Ressources Humaines.

C'est ainsi qu'elle a commencé à se former et à acquérir des aptitudes relationnelles, psychologiques et de communication. De recruteur, elle est devenue responsable des ressources humaines : elle a mené des missions de mise en place de gestion prévisionnelle des emplois et mis en œuvre une dynamique de mobilité interne (identification de compétences, détection des potentiels, plan de communication, audit de climat social)

En travaillant sur des missions ponctuelles, en étant consultante, elle a développé sa capacité d'animation et d'accompagnement de projet de changement pour mobiliser des collaborateurs dans un esprit collaboratif.

A force d'être formée à des tests de personnalité, elle a naturellement souhaité approfondir ses connaissances en se formant au métier de coach. Au fil des années, pendant environ 10 ans, elle se forme au métier de praticien en techniques éducatives corporelles de bien-être et de relation d'aide et de thérapeute.

Dès son lancement, le Centre Khépri Santé a trouvé son public grâce à la qualité des soins prodigués.

Evelyne Revellat confirme :

Dans mon activité, le meilleur indicateur de réussite a toujours été le bouche-à-oreille et les recommandations de la part des clients qui apprécient mes compétences mais aussi l'accès à d'autres praticiens au même endroit, dans des locaux accueillants et chaleureux.

Khépri Santé est un concept de centre très innovant qui agit auprès :

- des particuliers : pour leur simplifier l'accès au soin
- des thérapeutes : pour favoriser leur installation grâce à des rendez-vous confirmés, un espace de travail souple et au juste prix, une gestion simplifiée
- des entreprises : soutien psycho-social des salariés, solutions et diagnostic pour la prévention des Risques Psycho-sociaux
- des professionnels de santé (aidants familiaux, infirmiers, aides-soignants...) : lieu d'écoute pour des professions très sollicitées et à risque en terme de burn out, solutions et diagnostic pour la prévention des Risques Psychosociaux, formations en développement personnel pour exercer son métier avec suffisamment de recul pour éviter le stress.

Dans les 5 ans qui viennent, Khépri Santé ambitionne notamment de mettre en place des formations dédiées à une cible médicale (aides-soignants, infirmiers, médecins, aidants-familiaux) et de dupliquer son modèle économique en créant d'autres centres en Île-de-France, au niveau national et international.

Pour en savoir plus

Site internet : <http://www.kheprisante.fr/>

Contact Presse

Khépri Santé

Evelyne Revellat

E-mail : evelyne.revellat@kheprisante.fr

Tél. : 06 60 47 71 64