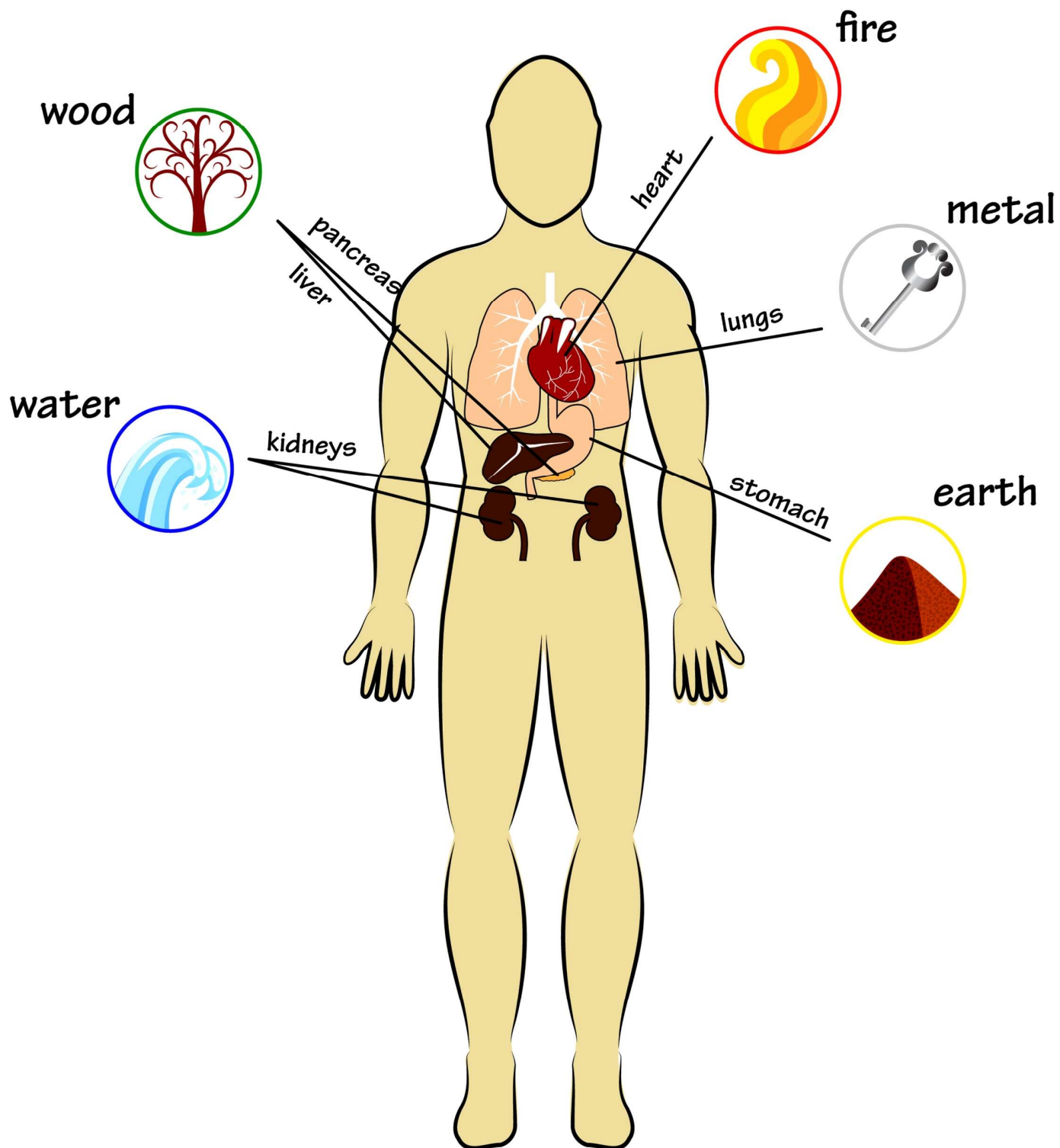
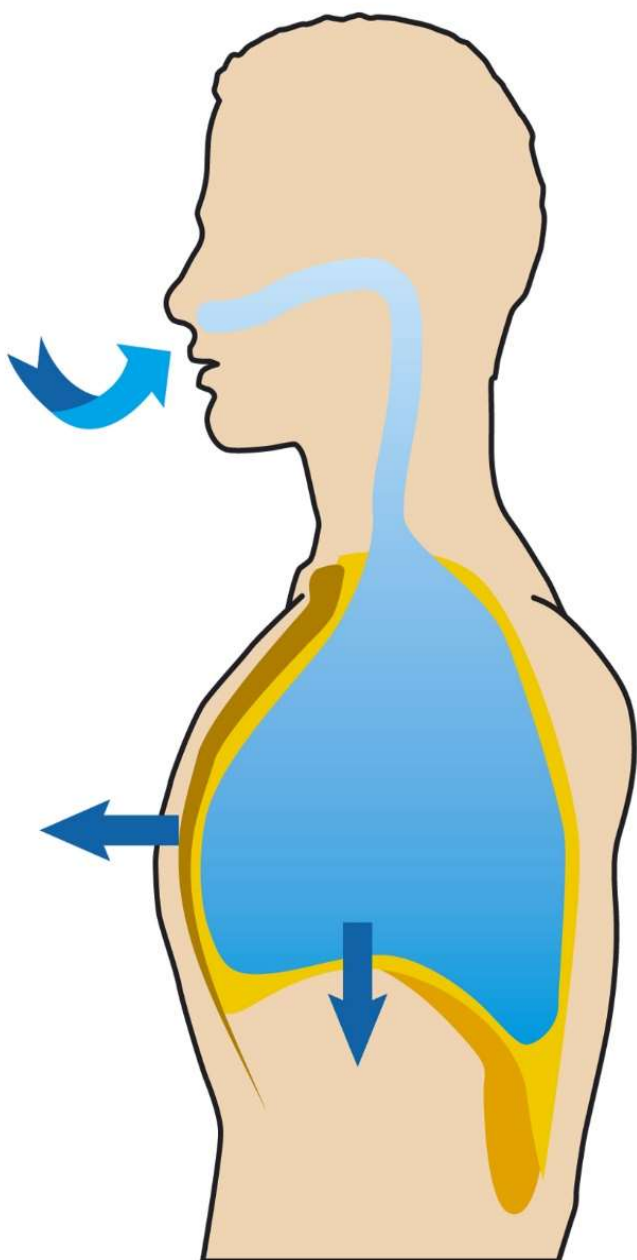


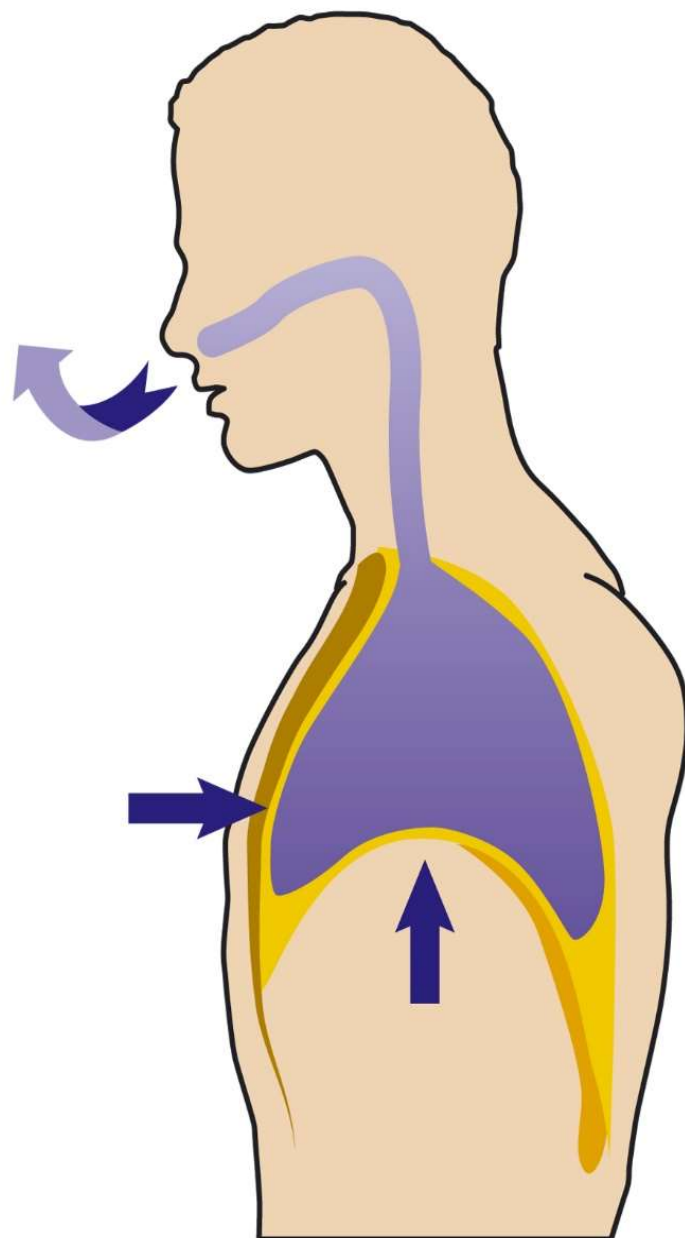
Les 5 éléments



Mouvement respiratoire

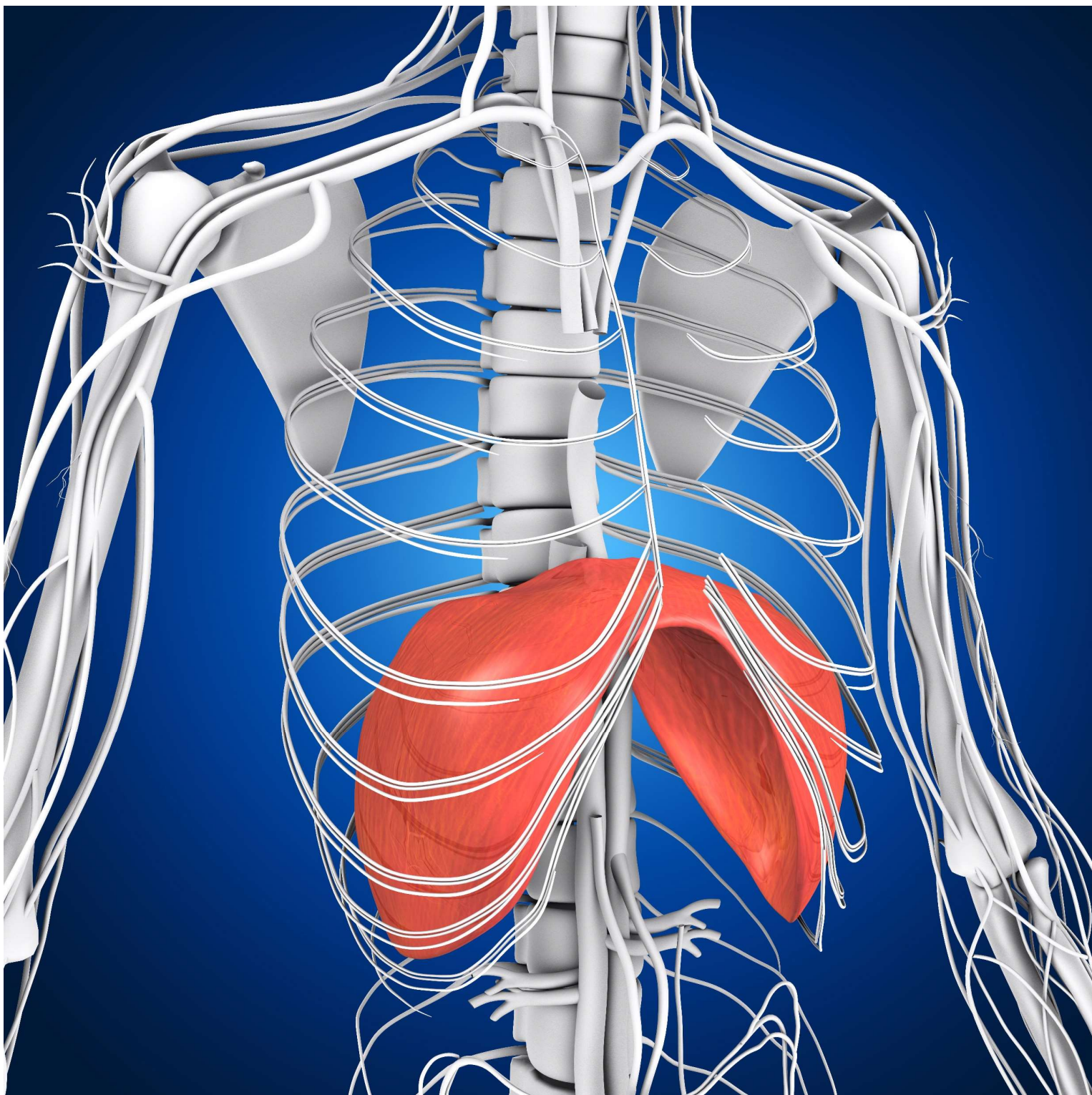


J'inspire

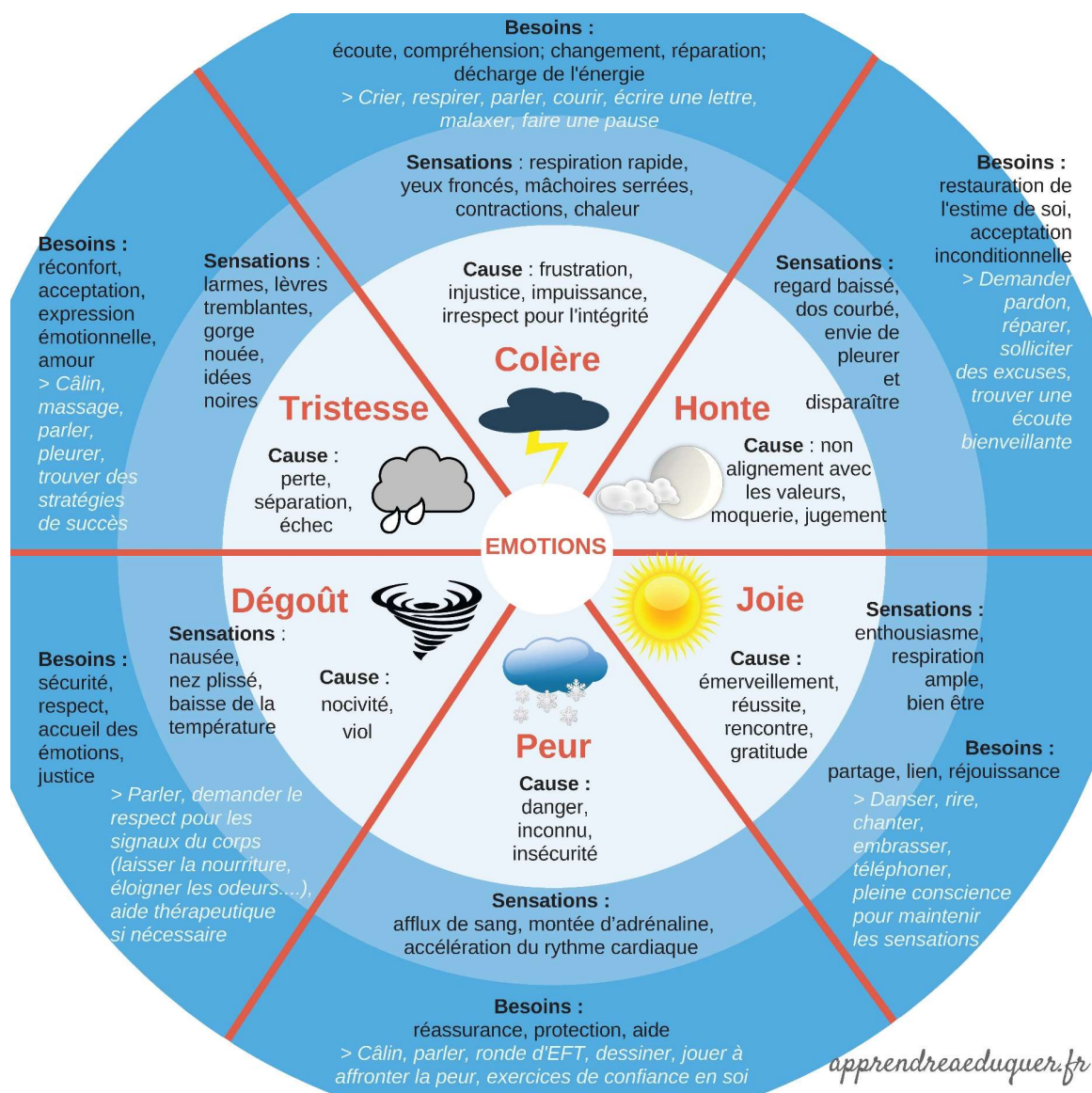


J'expire

Diaphragme



Les émotions



apprendreaeducer.fr

J'apprends à vivre avec



KhépriSanté
Équilibre - Santé - Qualité de vie

www.kheprisante.fr

PROGRAMME POLE BIEN-ETRE

Vie professionnelle - Familles - Couples - Adolescents - Enfants

Téléthon 2019

Samedi 7

DECEMBRE

De 9 h 30 à 18 h 30

**Parcours remise en forme en découvrant
des pratiques de bien-être et de santé :**

Séances individuelles – 10 à 15 min

- Massage assis
- Réflexologie plantaire
- Acupressure et Relaxation crânienne
- Massage Thaïlandais
- Kobido (massage du visage japonais soin anti-âge)

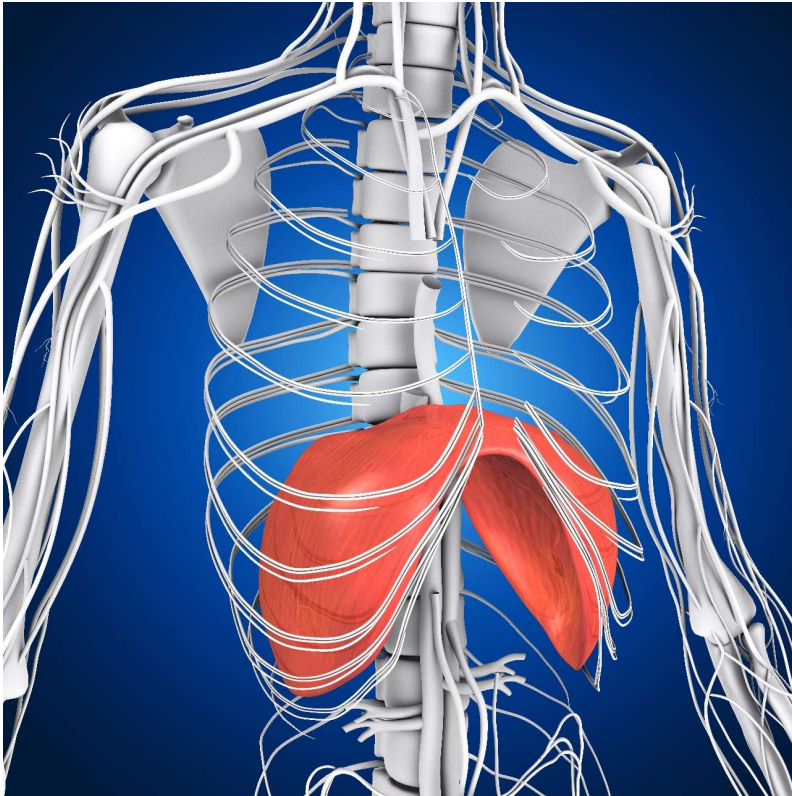
Séances collectives

- 30 min : Sophrologie
- 30 min : Qi Gong
- 60 min : Psychomotricité : parcours psychosensoriel pour
pour parents et enfants,
Régulation du tonus et du geste

**Gymnase
du Bicheret
à Chessy**

**Gratuit :
Atelier sophrologie des aidants
Tente sensorielle**

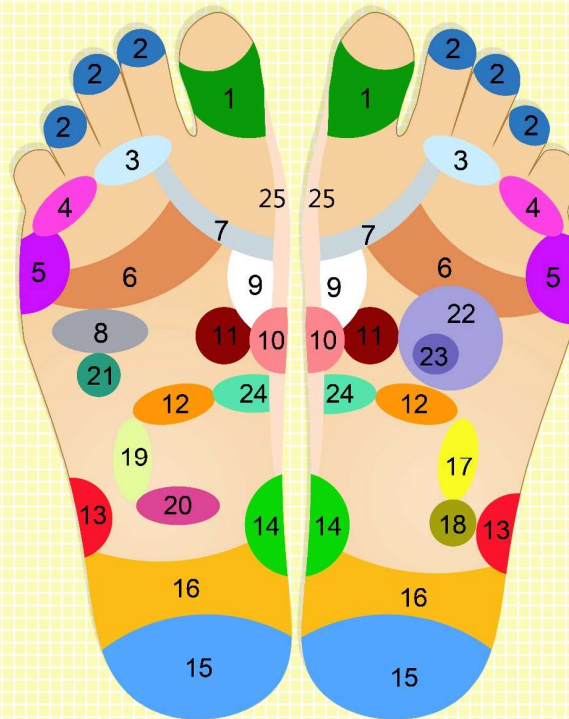
Systeme respiratoire



Diaphragme

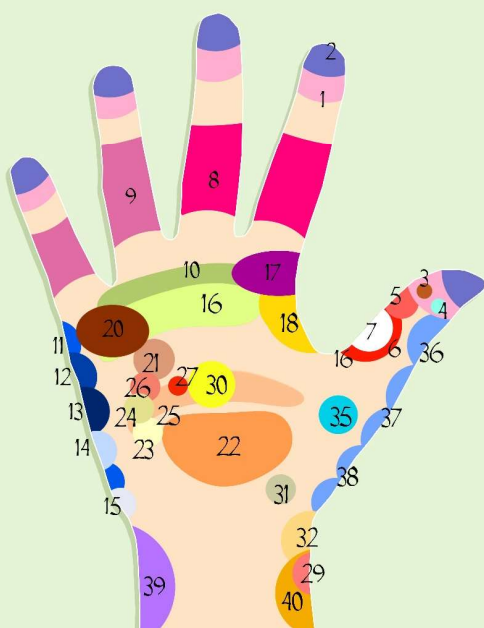
- 1. Tête
- 2. Poitrine
- 3. Yeux
- 4. Oreilles
- 5. Épaules
- 6. Poumons Bronches
- 7. Thyroid
- 8. Cœur
- 9. Estomac
- 10. Duodenum-Pancreas
- 11. Rein
- 12. Colon Transverse
- 13. Genou
- 14. Vessie
- 15. Testicules Ovaires
- 16. Nerf Sciatic
- 17. Colon Ascendant
- 18. Appendice Iléo-Cæcal
- 19. Colon Descendant
- 20. Rectum
- 21. Rate
- 22. Foie
- 23. Vésicule Biliaire
- 24. Duodenum
- 25. Colonne Vertébrale

Réflexologie



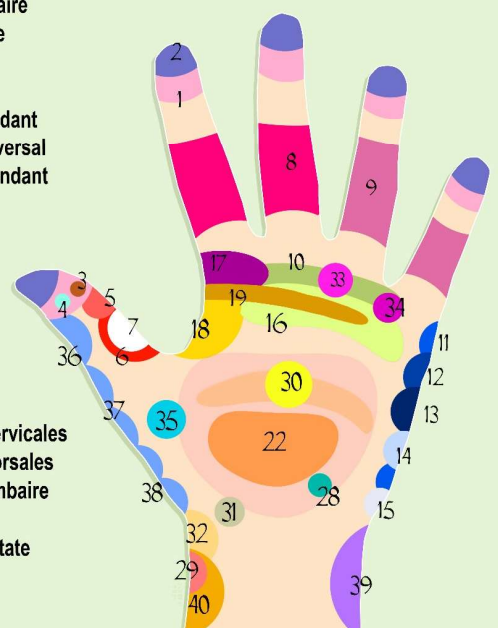
Reflexologie Palmaire

Main Droite



- 1. Tête, Crâne
- 2. Sinus Frontaux
- 3. Épiphyse
- 4. Pituitaire
- 5. Nuque
- 6. Visage
- 7. Nez
- 8. Yeux
- 9. Oreilles
- 10. Trapèze
- 11. Épaule, Poignet
- 12. Bras
- 13. Genou, Coude
- 14. Jambe
- 15. Cheville
- 16. Poumons, Bronches
- 17. Estomac
- 18. Duodénum
- 19. Pancréas
- 20. Foie

Main Gauche



- 21. Vésicule Biliaire
- 22. Intestin Grêle
- 23. Appendice
- 24. Iléon
- 25. Côlon Ascendant
- 26. Côlon Transversal
- 27. Côlon Descendant
- 28. Rectum
- 29. Anus
- 30. Un Rein
- 31. Uretere
- 32. Vessie
- 33. Cœur
- 34. Rate
- 35. Thyroïde
- 36. Vertèbres Cervicales
- 37. Vertèbres Dorsales
- 38. Vertèbre Lominaire
- 39. Ovaires
- 40. Utérus, Prostate



KhépriSanté

Équilibre - Santé - Qualité de vie

Espace de Santé intégrative
& Thérapies complémentaires

www.kheprisante.fr

Coordination de soins & Neurothérapie

Vie professionnelle - Familles - Couples - Adolescents - Enfants



**Coaching
Orientation scolaire
Evaluation
Bilan de compétences
professionnel**

**Entretien de
coordination de soins
Sur rendez-vous
01 84 25 22 87**

Qualité de Vie au Travail

**Burn out
Harcèlement
Sommeil**

**Maternité Périnatalité
Parentalité**

**Dépression
Stress post-traumatique**

**Douleurs & maladies
chroniques
Oncologie, Acouphènes...**

**Troubles Envahissant du
Développement (dont autisme)
et des apprentissages
Souffrance scolaire**

**Précocité Intellectuelle
Surdouance Adulte
TDA-H**

**Troubles alimentaires
Surcharge pondérale**

**Allergies
Addictions - Phobies**



188 Grande Rue Charles de Gaulle
94130 Nogent-sur-Marne

36 rue des Fermes
77700 Chessy