



NATUROPATHIE, MASSAGE, MUSICOTHÉRAPIE



LÉA SION

CONSULTATIONS & SOINS
lea.naturopathe@gmail.com
06 51 02 75 84
www.leasion.fr





MON PARCOURS

- **Naturopathe et Musicothérapeute**
 - Diplômée d'**ISUPNAT**, Institut Supérieur de Naturopathie
- 
- Certifiée par la **FENAHMAN**, Fédération Française des écoles de Naturopathie
 - Membre de l'**APHN**, Association pour la Promotion de l'Hygiène Vitale et de la Naturopathie
 - Formée par le **Dr Gowri MOTHA** au massage de fertilité
 - Formée par le **CIM**, Centre International de Musicothérapie
- 

Anciennement ingénieur chimiste, j'ai travaillé plusieurs années en **recherche et développement au sein de différents laboratoires de formulation.**

Au fil des ans, je prends conscience de **la toxicité des produits chimiques** que j'utilise au quotidien et des impacts sur ma santé. Je pars alors à la recherche de **solutions pour minimiser leurs effets sur mon organisme.**

C'est ainsi que je prends connaissance de **l'existence et des bienfaits de la naturopathie.** Face à l'incohérence entre mon environnement professionnel et mon nouveau mode de vie, je fais le choix de **quitter ma blouse de chimiste** pour me consacrer entièrement à la **naturopathie.**

Sur ma route, je me découvre une **véritable passion pour le massage** et me forme auprès de différents professionnels aux massages **Suédois, Abhyanga, Californien** ainsi qu'à des massages plus spécifiques comme **le massage du ventre et le massage de fertilité.**

Je propose aujourd'hui un **accompagnement individuel en Naturopathie et en Musicothérapie** en cabinets et en établissements hospitaliers et médico-sociaux.



Léa Sion

QU'EST-CE QUE LA NATUROPATHIE ?

La Naturopathie est une **médecine non conventionnelle** qui vise à **améliorer l'hygiène de vie** dans le but de **maintenir ou retrouver la santé**.



Elle recherche les **causes profondes** des éventuels **troubles fonctionnels** et n'utilise que **des techniques naturelles** comme :

- **L'Alimentation et la Diététique**
- **L'Exercice Physique**
- **Psychologie**
- **La Phytothérapie** : avec des plantes
- **Les Massages**
- **L'hydrothérapie** : Bain, sauna, séance de sudation
- **Les Techniques Vibratoires** : fleurs de Bach...
- **L'Aromathérapie** : avec des huiles essentielles...

Elle s'adresse à tous, du nourrisson à la personne âgée.

CONSULTATION EN NATUROPATHIE



1^{ère} Séance RÉALISATION D'UN BILAN DE VITALITÉ EN 3 TEMPS :

1 examen morphologique

étude des formes du corps, du visage et des mains, l'aspect de la peau et des ongles.

2 examen iridologique

étude de l'iris sur photographie.

3 une anamnèse

questions sur les antécédents personnels et sur l'hygiène de vie quotidienne.

Il permet d'évaluer l'état du terrain, c'est-à-dire **identifier la nature des toxines** présentes dans l'**organisme**, leur **capacité d'élimination**, le niveau d'**inflammation**, les fragilités organiques, les **tendances pathologiques**.

2^{ème} Séance UN PROGRAMME D'HYGIÈNE DE VIE PERSONNALISÉ

Remise d'un **programme d'hygiène de vie** élaboré sur les éléments évoqués lors de la première séance.

Séance de suivi

permet de **faire le point**, d'**ajuster**, de **corriger**, de **compléter** le programme en se posant les **bonnes questions** :

- Le programme a-t-il été respecté ? Si non, pourquoi ?
- Est-ce que les symptômes ont disparu ? Si non, pourquoi ?
- Qu'est-ce qui a fonctionné ?
- Qu'est-ce qui n'a pas fonctionné ? Pourquoi ?
- Que faire de plus pour améliorer mon hygiène de vie ?



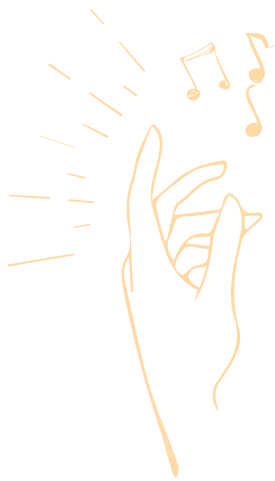
QU'EST-CE QUE LA MUSICOTHÉRAPIE ?

La **Musicothérapie** est une **pratique psycho-corporelle** qui utilise la **musique et le son** dans un but **thérapeutique** pour **soulager, améliorer ou maintenir la santé physique et/ou émotionnelle**.



MUSICOTHÉRAPIE RÉCEPTIVE :

un **programme sonore établi** par le praticien après un entretien préliminaire et un **test de réceptivité musicale** visant à **évaluer les besoins et ressources psychologiques** du patient.



MUSICOTHÉRAPIE ACTIVE :

centré sur la **production sonore, instrumentale et/ou vocale**. Un mode relationnel **non verbal** avec des personnes en **grande difficulté psychomotrice** souffrant de polyhandicap, d'autisme...

CONSULTATION EN MUSICOTHÉRAPIE



La première et la deuxième séance consistent à réaliser un **bilan psychomusical**. Ce bilan permet de définir les besoins psychologiques et d'**évaluer la réceptivité musicale**.

Il sert de base pour la préparation des séances suivantes.

1^{ère} Séance

ENTRETIEN PRÉLIMINAIRE & ANAMNÈSE MUSICALE

Discussion autour de l'**environnement sonore** et des **goûts musicaux**.

2^{ème} Séance

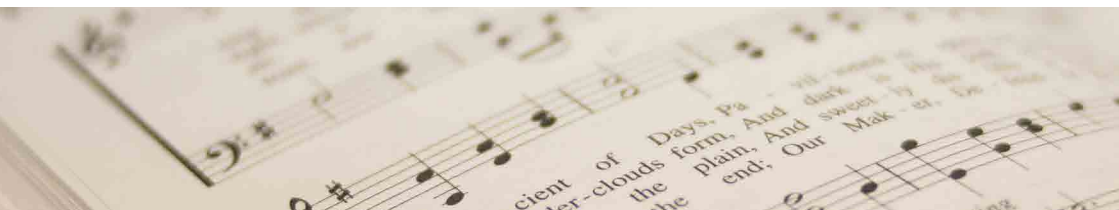
TEST DE RÉCEPTIVITÉ MUSICALE

Elle est basée sur l'**écoute d'extraits musicaux** et l'**analyse des émotions** associées.



Séance de suivi

Elles constituent le **cœur du travail thérapeutique** et peuvent aussi bien faire appel aux **techniques réceptives** qu'aux **techniques actives**.



MASSAGES ET SOINS

Option huiles essentielles + 5 €
(sauf pour le massage prénatal)



RELAXANT

Massage basé sur **des mouvements lents, enveloppants et englobants** qui vise essentiellement à **libérer les tensions nerveuses**. Il est particulièrement indiqué aux personnes sujettes à l'anxiété.



DÉTENTE MUSCULAIRE

Massage basé sur des **mouvements de pression et des mouvements glissés**, il vise à **délier les tensions musculaires**. Il est particulièrement indiqué aux personnes présentant des **douleurs musculaires et torticolis**.



DRAINANT

Massage basé sur **des mouvements en bracelet et de pompage**, il favorise particulièrement **la circulation du sang et de la lymphe** et permet notamment de résoudre les problématiques de **rétenction d'eau**.



VENTRE

Massage **lent et profond des viscères** visant à retrouver un confort digestif et à améliorer la mobilité des organes.



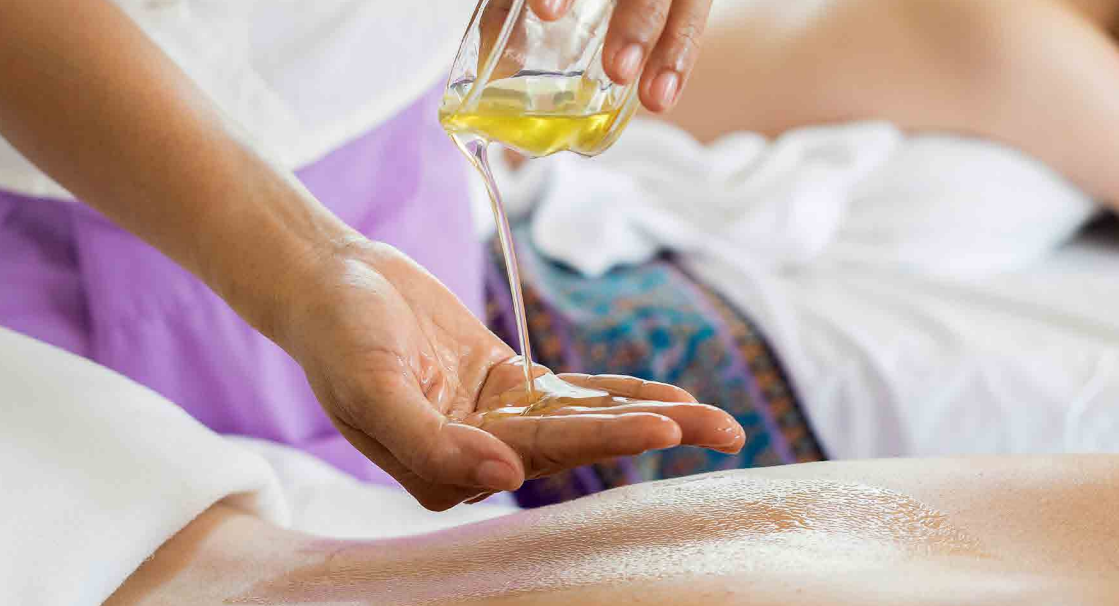
FERTILITÉ

Massage **très doux** basé sur le **drainage des organes du système digestif et reproducteur** ainsi que la stimulation de **points de fertilité**.



PRÉNATAL

Massage destiné **aux femmes enceintes** (uniquement à partir de 3 mois de grossesse) permettant d'atténuer **les douleurs articulaires, musculaires, les jambes lourdes...**



SÉANCE DE SUDATION

ACCOMPAGNANT UN MASSAGE

Application d'un mélange d'huile végétale et d'huiles essentielles sur le corps et évacuation de la transpiration grâce à une couverture chauffante qui recouvre l'intégralité du corps. Ce soin s'adresse particulièrement aux personnes qui souffrent de pathologies comme l'eczéma sec, le psoriasis, l'arthrose, la goutte...

FORMULES

MASSAGES + SÉANCE DE SUDATION



Massage
30 min
+ séance de
sudation



Massage
1h
+ séance de
sudation

SOINS

1h - 80 €

La Naturopathie et la Musicothérapie peuvent s'inscrire comme des soins de support permettant d'apporter du bien-être à vos patients.

MASSAGE

Le massage aura **une action triple** sur le quotidien de vos patients. Il apaisera les plus anxieux, soulagera les douleurs ostéo-musculaires et améliorera le confort digestif. Il sera à adapter en fonction de chaque patient, de sa problématique et de sa mobilité.

MUSICOTHÉRAPIE

Les séances de Musicothérapie peuvent être très bénéfiques pour **les patients les plus angoissés, souffrant de douleurs chroniques, ayant des difficultés à gérer certaines émotions** ainsi qu'aux patients ayant de **grandes difficultés de communication, de motricité et des troubles cognitifs sévères.**

AROMATHÉRAPIE

La **diffusion d'huiles essentielles** est un moyen très simple et efficace pour **calmer les angoisses et diminuer les insomnies.** Des séances entières d'olfaction d'huiles essentielles peuvent également être proposées afin de stimuler la sphère cognitive. Ces séances s'adressent particulièrement aux patients atteints de la maladie d'Alzheimer.

Les 3 techniques peuvent être utilisées simultanément pour une séance de bien-être optimale et personnalisée.

FORMATIONS

AROMATHÉRAPIE



FORMATION DES ÉQUIPES MÉDICALES EN AROMATHÉRAPIE

Elle vise à enseigner les différentes utilisations possibles des **huiles essentielles** comme « **compléments thérapeutiques** » dans les établissements hospitaliers et médico-sociaux.

Sur 3 journées, elle comprend l'enseignement de base qu'il convient d'acquérir en milieu hospitalier pour toute pratique sérieuse.

Elle est destinée aux divers personnels des établissements hospitaliers et médico-sociaux :

- Médecin coordonnateur
- Personnel soignants (kiné, IDE ASQ, psychologue,...)
- Rééducateurs (psychomotriciens, ergothérapeutes,...)
- Autres personnels intéressés

Le contenu de la formation est personnalisé et adapté aux besoins de l'établissement.

Tarif : Sur devis personnalisé

Sans limitation du nombre de participants.

Charge à l'établissement de fournir une salle possédant un écran (ou mur) permettant la projection d'un diaporama.





NATUROPATHIE, MASSAGE, MUSICOTHÉRAPIE

CONSULTATIONS & SOINS

CONTACT : Léa SION

✉ lea.naturopathe@gmail.com

☎ 06 51 02 75 84

Réservation : par mail, téléphone et sur Doctolib.

CABINETS

consultez tous les cabinets sur le site

À PARIS

Plantes et Ter'happy
32 rue Traversière
75012 Paris

À LAGNY SUR MARNE

16 rue Lenôte
77400 Lagny-sur marne

À NOGENT SUR MARNE

Khéprisanté
188 grande rue Charles
de Gaulle
94130 Nogent-sur-marne

www.leasion.fr