



# KINÉSIOLOGIE

## THÉRAPIE INDIVIDUELLE

Votre thérapeute : Arnaud Eugster

La **kinésiologie** est une approche globale qui vise à rééquilibrer le corps, les émotions et le mental en identifiant les stress inscrits dans la mémoire corporelle. Elle permet de libérer les blocages inconscients qui perturbent l'équilibre intérieur et limitent l'expression de soi.

En s'appuyant sur le langage du corps, la kinésiologie aide à retrouver une meilleure harmonie physique et émotionnelle, à dépasser les schémas répétitifs et à mobiliser ses propres ressources de changement. Elle favorise un mieux-être durable en respectant le rythme profond de la personne.

### Les bienfaits

Cette approche aide à se libérer de stress profonds pour retrouver équilibre, clarté et vitalité intérieure :

- Meilleure perception de Soi, activer ces propres ressources et s'auto-réguler dans son quotidien.
- Amélioration de la gestion du stress et de l'anxiété
- Déblocage de schémas limitants inconscients
- Meilleure confiance en soi et capacité de décision
- Soulagement de troubles psychosomatiques
- Retrouver une plus grande fluidité dans sa vie personnelle et professionnelle

### Les techniques

La séance repose sur le test musculaire, qui permet de dialoguer avec la mémoire du corps. Elle peut inclure :

- Identification des stress actuels ou anciens inscrits dans le système nerveux
- Rééquilibrage énergétique et émotionnel
- Stimulation de points corporels spécifiques
- Exercices de libération du stress
- Ancrage de nouveaux fonctionnements plus justes pour la personne
- Chaque séance est personnalisée et se déroule dans une approche douce, respectueuse et non intrusive.





🍃 Durée : 60 min

🍃 Adapté aux ados et adultes : oui

🍃 Pris en charge par certaines assurances complémentaires affiliées ASCA