

la bienveillance du corps



Aleth Muditā

Passionnée depuis plusieurs années par les différentes techniques de détente et de relaxation, je serai ravie de vous accueillir pour vous apporter toute mon écoute afin de déterminer avec vous quel type de soins vous est le plus approprié. Cela vous permettra d'atteindre une détente profonde en équilibrant et dynamisant votre organisme.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Formation diplômante en 2002 avec Mme Monique GOYAL, puis en 2003 formation d'un an au centre de réflexologie de Mme Dominique BRUNEAU GIMBERT.

MASSAGE BÉBÉS ET PETITS ENFANTS

Stage en 2006 avec Mme Penpa DREULMA ANDERSEN.

MASSAGE AYURVÉDIQUE

Après un stage en Inde en 2005 dans la région du Kérala, diplôme de massage Atreya Abhyanga suite à une formation d'une année en 2007 à l'Institut Européen d'Études Védiques.

D.U. ACCOMPAGNEMENT PAR LE TOUCHER POUR LES PERSONNES ÂGÉES

Nov. 2012 / sept. 2013 : acquérir des connaissances et pratiquer l'interdisciplinarité et l'écoute pour comprendre la souffrance des grands malades, les accompagner et aborder les réflexions éthiques sur les problématiques de la fin de vie.
Obtention du diplôme le 21 octobre 2013.

PRACTICIENNE EN HYPNOSE ÉRICKSONIENNE

Diplômée de l'école de l'Arche Mars 2019

Aleth Muditā

Aigues-Mortes, Eygalières, Paris
À domicile ou à mon cabinet

Sur rendez-vous au **06 74 10 13 89**
www.aleth-mudita.com

la bienveillance du corps



Aleth Muditā



RÉFLEXOLOGIE
DOS, CRÂNE & PIEDS
AYURVÉDIQUE

SOIN DÉTENTE BÉBÉS/ENFANTS
HYPNOSE ÉRICKSONIENNE

Modelages destinés uniquement à vous emmener vers une totale relaxation en parfaite confiance. Ces "massages" sont non thérapeutiques, ne s'apparentant à aucune pratique médicale ni paramédicale.



Réflexologie plantaire

Durée : 1 heure
 Partie : les 2 pieds
 Tenue : habillé
 Produits : huile neutre bio
 + huiles essentielles
 Pression : modérée
 sur table de massage

Fonctionnement

Technique manuelle douce de massage, acupression sur les pieds, destinée à tous. Le réflexologue stimule les zones réflexes (7200 terminaisons nerveuses par pied). Par la pression il transmet une information à l'organisme et relance le courant énergétique. La réflexologie assure une réelle source de bien-être, amène un état de profonde relaxation. Une aide précieuse au bien-être.

Quelques-uns des effets de ce soin

- Libre circulation de l'énergie vitale
- Soulagement de la douleur
- Amélioration de la circulation sanguine
- Élimination des toxines

But

- Débarrasser le corps du stress, des tensions et émotions négatives dont le rôle déclenchant de certains troubles est bien connu : (Problèmes gastriques, de sommeil, d'allergies, intestinaux, fatigue, nervosité, état migraineux, tensions musculaires, etc.)
- Équilibrer et dynamiser l'organisme, renforcer ses ressources naturelles, le réveiller pour qu'il se défende, faire appel à ses capacités d'auto-guérison.

Mise en garde

La réflexologie n'a pas pour but d'établir un diagnostic, de modifier un traitement médical. Elle ne doit en aucun cas dispenser d'une consultation médicale, quelques soient les symptômes.



Ayurvédique

Durée : 1 h 15
 Partie : ensemble du corps
 Tenue : en sous-vêtements
 Produits : huile parfumée & chauffée bio
 Pression : modérée à forte
 sur table de massage

Le massage indien ayurvédique-abhyanga

Ce soin de détente indien est tiré de la tradition Ayurvédique. Il répond aux attentes des personnes hyperactives, stressées, surmenées. Une sensation de légèreté et une prise de conscience de votre corps...

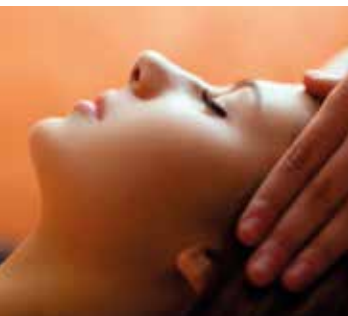
L'Abhyanga est un massage global du corps (sauf parties génitales) à l'huile de massage.

But

- Il vise à purifier le corps
- Éliminer les toxines
- Faciliter la circulation des énergies
- Supprimer les blocages
- Les tensions et les fatigues
- Redonner une sensation de bien-être
- Rééquilibrer vos chakras

Quelques-uns des effets de ce soin

- Fortifier le système de défenses immunitaires
- Augmenter la résistance au stress, aux maladies, à la fatigue
- Améliorer la fonction digestive, hépatique et intestinale
- Détendre profondément et réduire l'insomnie et l'anxiété
- Rétablir une respiration régulière



Dos, crâne & pieds

Durée : 1 heure
 Partie : dos, crâne & pieds
 Tenue : en sous-vêtements
 Produits : huile parfumée bio
 Pression : modérée
 sur table de massage

Ce soin traite les tensions musculaires du dos causées par le stress et les tensions du quotidien grâce à un modelage aux huiles et se complète par une réflexologie plantaire axée sur le système musculaire et le système nerveux.

But

- Se débarrasser du stress, des tensions et émotions négatives
- Éliminer les toxines
- Équilibrer et dynamiser l'organisme, renforcer ses ressources naturelles, le réveiller pour qu'il se défende, faire appel à ses capacités d'auto-guérison

Mise en garde

Excellent complément à la médecine traditionnelle, la réflexologie plantaire n'a pas pour but d'établir un diagnostic, de modifier un traitement médical. Elle ne doit en aucun cas dispenser d'une consultation médicale, quelques soient les symptômes.

Quelques-uns des effets de ce soin

- Libre circulation de l'énergie vitale
- Soulagement de la douleur
- Détente profonde et réduction de l'insomnie et de l'anxiété
- Élimination des toxines

Hypnose Éricksonienne

Durée : entre 1 heure et 1h30
 Lieu : à mon cabinet ou à domicile

Le nombre de séances peut varier entre 3 et 5 voire plus mais il est parfois possible qu'un profond changement s'installe dès la première séance.

(Possibilité de paiement libre et en conscience)

Certaines mutuelles prennent en charge une partie ou l'intégralité des séances d'hypnose.

But

- Débarrasser le corps du stress, de l'anxiété
- Faciliter la préparation d'examens
- Gérer les addictions, les phobies, les peurs
- Aide à accepter le deuil (suite à la mort d'un proche, la perte d'un travail, un déménagement,...)
- Gérer les problèmes de sommeil, de poids, de colère

Fonctionnement

Je mets à votre disposition les outils de l'hypnose ericksonienne pour vous permettre d'aller chercher à l'intérieur de vous les ressources qui sont déjà présentes et installer les changements que vous attendez. Pour les traumas, j'ai pu suivre la formation au RITMO enseigné par Lili Ruggieri.

Je suis adhérente au Syndicat des Métiers de l'Hypnose, je respecte donc leur charte éthique et leur code de déontologie.

