



SERVICES ET PRESTATIONS COLLECTIVES

Chiara-pate-haquin - Naturopathe - Sonothérapeute - Accompagnante gestion traumatique

→ **NATUROPATHIE :**

Le principal objectif de la naturopathie est d'éduquer et de sensibiliser le public à une hygiène de vie saine et équilibrée ; basée sur des produits, des outils, des adaptations et des conseils naturels. La naturopathie se veut avant tout hygiéniste : elle n'a pas pour vocation de guérir, mais d'accompagner, de soutenir et d'encourager le système d'auto-régulation et de guérison du corps.

Je propose plusieurs types de services et de prestations collectives autour de la naturopathie ; voici une liste non-exhaustive.

(Des ateliers et interventions spécifiques peuvent être mises en place en collaboration avec le/les clients, afin de répondre à un/des besoins particuliers.)

- **Ateliers** : entre 5 et 10 personnes

Les ateliers s'adressent à tout type de population souhaitant se sensibiliser à la naturopathie et aux bons conseils en hygiène de vie. Ils sont réalisés en petit groupe (max 10 personnes) autour d'un thème spécifique (ex : le sommeil, l'alimentation, le changement de saison etc...). Ces ateliers sont ouverts à tous les niveaux (novices comme déjà expérimentés) et sont à visée éducative/ludique. Le format ainsi que la durée de l'atelier sont adaptés en fonction du public concerné ; mais un atelier dure généralement entre 45 min à 1h15.

Quelques idées de thèmes :

- Gérer le changement de saison
- Le sommeil : Comment mieux dormir & astuces de naturopathe
- Les bases de la nutrition
- Regagner sa pleine vitalité
- Rester en forme après 50 ans

etc...

Pour qui ?

Enfants, Adolescents et Adultes (dont seniors)

Pour quel type de client ?

Pour les entreprises (bien-être au travail par exemple), les collectivités (villages, activités communales, MJC etc...), les maisons/structures de santé (EHPAD, maisons rurales, maisons de famille etc...), les particuliers (évènement privé).

- **Initiations et micro-formations**

Pour ceux désirant approfondir le sujet de la naturopathie et de la santé holistique, je propose des initiations et micro-formations à la journée sur des techniques spécifiques, utilisées en naturopathie. Ces petites classes peuvent être proposées à des groupes allant de 5 à 12 personnes, soit en ligne soit en présentiel. Elles s'adressent à toute personne désirant s'éduquer plus en profondeur sur les techniques naturopathiques, afin soit de compléter une formation déjà entreprise dans le domaine de la santé naturelle, soit pour s'éduquer à titre personnel.

L'initiation dure une demi-journée et la micro-formation 1 à 2 journées entières.

Voici quelques thèmes que je propose actuellement en Initiation ou en micro-formation :

- Initiation à l'approche psycho-somatique : Comprendre le lien corps-esprit
- Micro-formation : Comment la maladie nous parle ?
- Initiation à la Méthode EET : Comment sortir du Traumatisme et se débarrasser de son empreinte cellulaire ?
- L'approche thérapeutique : Développer son empathie et se protéger du transfert (à destination des professionnels de santé holistique)
- Micro-formation : Le mouvement somatique : Comment notre corps stocke les traumatismes et comment s'en libérer ?

Pour qui ?

Adultes

Pour quel type de client ?

Pour les entreprises (bien-être au travail), les collectivités (villages, activités communales, MJC etc...), les particuliers (événement privé).

→ ACCOMPAGNEMENT ET SENSIBILISATION AU TRAUMA :

Mon travail autour de la santé mentale, plus particulièrement autour du Trauma et de ses impacts sur le santé, se destine à toute personne soit affectée directement par le Trauma, soit en contact avec un proche souffrant, accompagnant ou encadrant d'un public à risque (les jeunes par exemple), soit travaillant au contact de personnes en situation de stress post-traumatique (ex: travailleur social, aidant/soignant, psychologues etc...).

Il vise à faire connaître le Trauma, ses mécanismes et apprendre à détecter les premiers signes d'un stress post-traumatique (qu'il soit simple ou complexe), afin d'encourager et d'enclencher un travail

psycho-thérapeutique et cognitivo-comportemental auprès d'un thérapeute spécialisé.

J'interviens notamment dans les milieux fréquentés par des publics à risque ou en demande d'accompagnement et de soutien psychologique (dans l'enseignement, du collège à l'enseignement supérieur ; dans le milieu hospitalier ; dans les structures de soin et d'accompagnement type hôpital de jour etc...) ; aussi bien en intervention de sensibilisation auprès des personnes concernées que du cadre accompagnant/soignant.

L'atelier dure environ 2h et engage une véritable conversation à la fois éducative et ludique avec le public, afin d'échanger sur la perception de chacun du Trauma, les stéréotypes associés et les dangers que ceux-ci amènent. L'atelier se construit comme suit :

1. Qu'est ce que le Traumatisme ?
2. Les différents types de Traumas et leurs caractéristiques
3. Détecter les premiers signes de Trauma (chez chaque public spécifiquement)
4. Prise en charge et écoute : comment (accompagner la personne traumatisée et) entamer un travail de reconstruction ?

Pour qui ?

Adolescents et Adultes

Pour quel type de client ?

Pour les entreprises (bien-être au travail), les écoles (collège, lycées, écoles de l'enseignement supérieur), les structures de soin et d'accompagnement (hôpitaux de jour, associations, établissement médico-sociaux etc...), toute personne travaillant au contact de personnes souffrant de Trauma etc...

→ SOIN SONORE ET MUSICO-THÉRAPIE :

Formée au soin sonore et à l'approche musico-thérapeutique, je propose plusieurs types de services, allant de l'initiation au soin.

- **Ateliers et initiations :**

Je propose des ateliers et initiations musicales à destination du grand public et du public à besoin spécifiques, afin de répondre à divers besoins (voir planche "Ateliers & interventions en musicothérapie pour + de détails).

Mes ateliers s'adressent notamment :

1. Aux seniors : favoriser et créer du lien dans les EHPAD/foyers de vie, encourager l'autonomie et la continuité de la pleine santé, lutter contre la démence et la maladie d'Alzheimer, encourager la mobilité douce ...
2. Aux enfants : éveil musical, développement du langage, motricité, socialisation ...
3. Aux jeunes : pour développer l'expression de Soi, prendre confiance, s'amuser ...
4. Aux adultes handicapés avec ou sans déficience intellectuelle : création de lien, motricité, développement de la créativité, expression de Soi ...
5. Aux personnes souffrants de douleurs ou d'une pathologie chronique : gestion de douleur, expression émotionnelle, apprendre à dompter la maladie ...
6. Aux adultes : pour gérer son stress, se relaxer, s'amuser et chanter ensemble !

J'interviens dans les structures, auprès des personnes en petit groupe. Je me déplace avec mon matériel et je peux intervenir de manière occasionnelle ou régulière.

- **Soins sonores :**

Les soins concernent les mêmes publics cités précédemment, mais se déroulent généralement de manière individuelle, auprès des personnes isolées, en chambre, ou ne pouvant se déplacer. Le soin vise avant tout à soulager la personne par l'échange verbal et musical, tout en favorisant la création de liens.

Pour qui ?

Enfants, Ados, Adultes et Seniors : personnes âgées avec ou sans maladies neuro-dégénératives, patients en rééducation, adultes handicapés avec ou sans déficience intellectuelle, adultes et enfants sur le spectre autistique, accompagnement gestion de la maladie/de la douleur, toute personne à besoin spécifiques ...

Pour quel type de client ?

Les maisons/structures de santé (EHPAD, MAS, hôpitaux etc...), les familles aidantes, les écoles, les associations en contact avec un ou plusieurs des publics concernés ...

- **Bains sonores :**

Je propose des bains sonores à destination de toute personne ou tout groupe de personnes désirant vivre un moment hors du temps, pour se détendre, se recentrer et se relaxer.

Pour qui ?

Adolescents et Adultes

Pour quel type de client ?

Pour les entreprises (bien-être au travail), les structures de soin et d'accompagnement (hôpitaux de jour, associations, établissement médico-sociaux etc...), les collectivités (MJC, commune (dans le cadre de l'offre communale), les particuliers (événement privé) ...

CONTACT :

Devis sur demande - intervention régulière ou occasionnelle

06.45.47.64.22 / chiaraportehaquinpro@gmail.com

Matériel fourni, frais de déplacement non-inclus dans le tarif proposé.

