

Du projet...



... à la dure réalité



Stop
aux
étiquettes !



"Je veux mais
je ne fais pas...
J'essaie mais
j'échoue...
Pourquoi ?"



Ne nous laissons
plus définir par nos
difficultés !

Vous est-il arrivé de dire : « C'est plus fort que moi ! »

Cette constatation communément entendue montre qu'il peut exister des conflits entre « *ce que je souhaite* » et « *ce que je fais* ».

La plupart de ces conflits internes ont pour origine des stress anciens, dont l'histoire a été oubliée, mais qui sont toujours actifs à notre insu et qui nous empêchent parfois de manifester *ce que nous voulons* et *ce que nous valons*.

« La kinésiologie est une pratique professionnelle destinée à favoriser un état d'équilibre et de bien-être physique, mental et social. Elle propose différentes techniques qui utilisent de façon heuristique la réactivité des muscles aux stress » (définition adoptée par la Fédération Française de la Kinésiologie Spécialisée®)

« *Les bras m'en tombent* » « *J'en ai les jambes coupées* » ... Ces expressions populaires montrent le lien entre le stress et les réactions musculaires. Le praticien en kinésiologie utilise le test musculaire comme indicateur de l'énergie vitale disponible face à l'objectif de la personne consultante.

Par ce moyen associé à des protocoles précis, le praticien va permettre à la personne de comprendre certaines origines de ses blocages et de retrouver l'équilibre perturbé par les stress de la vie.

Méthode essentiellement éducative, elle peut vous aider à :

- *prendre conscience de vos ressources*
- *faciliter vos apprentissages*
- *augmenter votre capacité d'adaptation*
- *améliorer vos résultats en divers domaines*
- *libérer votre créativité et votre capacité à choisir*
- *développer la confiance et l'estime de soi*
- *vivre des relations harmonieuses*
- *être mieux dans votre corps*

La réduction du stress étant un facteur de meilleure santé, des mutuelles commencent à rembourser les séances de kinésiologie. Renseignez-vous auprès de la vôtre.

**Utiliser le test ne veut pas dire être Kinésologue®
Faites appel à des professionnels compétents !**