Consultations thérapeutiques
Accompagnement individuel

Les praticiens du centre ont à cœur de vous guider dans le choix de la meilleure approche pour répondre à vos besoins en termes de santé et bien-être. À titre d'exemple une entorse pourrait appeler une séance d'aromathérapie et une dépression demander un accompagnement en psycho-corporel. Dans tous les cas, il vous est proposé une période limitée de rencontres pour un passage de votre vie vous guidant vers l'autonomie.

La plupart des méthodes indiquées ci-dessous s'inscrit dans le domaine des médecines complémentaires. Les thérapeutes du Centre Harmonie Corps & Sens sont enregistrés auprès de structures d'agrégation professionnelles : ASCA et/ou RME. Etant donné que chaque assurance suit ses propres règles de remboursement, il est de votre responsabilité de vous informer préalablement auprès de votre caisse maladie, quelles disciplines et comment sont-elles remboursées.

Télécharger tarifs de Claire Vittori

Télécharger tarifs de Alain Challandes

La naturopathie

La formation de naturopathe est pluridisciplinaire et a pour objectif une approche cohérente et structurée de la globalité de l'être. Le naturopathe travaille sur le terrain biologique, analyse les points forts et faibles du patient, considère l'environnement relationnel et le mode de vie. Il met en place une stratégie thérapeutique impliquant plusieurs méthodes simultanées ou successives selon le concept de médecine naturelle tenant compte de l'équilibre biologique, des défenses naturelles et du potentiel d'auto-guérison. Les techniques de régulation mises en œuvre sont la réflexologie, les massages, la biothérapie, l'aromathérapie, la phytothérapie, l'alimentation saine, etc.

D'un point de vue plus élargi, la naturopathie se propose d'éduquer à travers la reconnaissance et la compréhension des lois naturelles organiques, énergétiques, psychiques, émotionnelles et spirituelles de l'être et de la nature. Ces lois prises par ordre de priorité mènent de la survie à la vie harmonieuse et créative. Ainsi, y est abordé le fonctionnement organique qui détermine la santé du terrain, puis la régulation de l'énergie pour assurer le maintien de la circulation vitale dans le corps.

Le troisième volet de cette éducation consiste à prendre conscience de son mode de vie, de pensée, d'attitude, de relation, de croyance, d'écoute de ses besoins, ses désirs et de ses aspirations. Par exemple une maladie chronique dérive d'attitudes répétitives selon un schéma de pensées chronique. S'il est juste d'agir du bas vers le haut, il est également juste d'agir du haut vers le bas et surtout, de donner les moyens de revenir au centre, car la guérison s'opère de l'intérieur vers l'extérieur… par l'observation, la réflexion, la compréhension, la décision et finalement la mise en action d'une éducation, d'un programme étape par étape.

Pour cette mise en action vers la guérison de la globalité de l'être, les méthodes suivantes sont proposées :

- une éducation au ressenti, afin de répondre aux besoins par soi-même en pleine connaissance de cause et par la compréhension des lois vivantes de la nature,
- un travail sur le terrain, nutrition, oligothérapie, phytothérapie, renforcement énergétique par les huiles essentielles en cutané par les massages thérapeutiques (drainage lymphatique, réflexologie, massage rythmique en lemniscate, etc.),
- l'écoute active, au travers de laquelle on rencontre les différentes images et aspects révélateurs de soi, en miroir
- ouverture de la conscience à travers la reconnaissance de ses schémas de pensée, guérison des attitudes à travers un programme plus écologique au quotidien, afin de maintenir l'équilibre corps / énergie / conscience,
- contact avec son monde intérieur, sa psyché, ses rêves, et l'éveil de sa créativité.

Durée : 1h à 1h30

Exercée par Claire Vittori et Alain Challandes

L'aromathérapie intégrale

La thérapie par les huiles essentielles s'appuie sur une sagesse multi-millénaire et les connaissances scientifiques des deux derniers siècles.

Sa spécificité la plus évidente est qu'elle s'exprime en force sur les problèmes des systèmes immunitaire, digestif, circulatoires, locomoteur, dermatologique et hormonal (propriétés anti-infectieuses et immunostimulantes, anti-inflammatoires, anti-allergiques et antihistaminiques, neurotropes, tonique circulatoire, dermatologiques, digestives, endocriniennes, anticatarrhales, litholytique, diurétiques, antispasmodiques, antalgiques, antitumorales,...). Ces facultés sont empuissancées par l'apport en vitalité sur les organes.

Pour assurer les meilleures conditions à la guérison, une recherche des causes les plus accessibles est utile, afin de leur donner notre écoute, voire une réponse appropriée à l'aide des forces plus subtiles des huiles essentielles. Les causes peuvent se trouver dans le corps-même, dans des dysfonctionnements au niveau de la vitalité, dans des attitudes inadaptées à nos conditions de vie, également dans des éléments de l'inconscient qui cherchent à se manifester, à se vivre pleinement. Ici, l'art de l'aromathérapeute consiste à s'associer aux plantes pour reconnaître la phase sensible du patient et répondre précisément aux besoins qui lui sont accessibles, seulement à ce moment-là.

Comme les recettes créées par le professionnel sont élaborées sur mesure en réponse sans artifice à la situation précise du patient, les effets secondaires destructifs n'existent pas. Comme le travail se réalise librement sur plusieurs plans, l'action de la recette peut être dirigée si nécessaire sur les plans qui ne concernent pas un éventuel traitement en cours, par conséquent toutes problématiques vaut la peine d'être traitée.

L'expression la plus subtile de l'aromathérapie intégrale est la création de votre parfum d'âme (cf. document Parfum d'âme)

Durée : 1h00 à 1h30

Comme en naturopathie, la première rencontre nécessite normalement 1h30

Exercée par Alain Challandes

Dans certains cas, la consultation peut se faire par téléphone ou via Internet.

Drainage lymphatique manuel Vodder

En déplaçant la peau sur son tissu sous-jacent en direction de l'évacuation de la lymphe par des mouvements circulaires, avec une pression légère qui augmente et diminue progressivement, la technique favorise le nettoyage, la désintoxication et le désengorgement du tissu conjonctif et des ganglions lymphatiques. Le docteur Emil Vodder suivit son intuition et les sensations de ses mains pour comprendre que le travail sur le milieu liquide devrait se composer de mouvements doux, rythmiques et pompants. L'intérêt du drainage lymphatique manuel selon la méthode Vodder réside ainsi dans son influence favorable sur le milieu liquide du corps.

Les effets du drainage lymphatique manuel Vodder :

- La charge lymphatique du tissu conjonctif est déplacée d'un milieu saturé vers un milieu où elle est absorbée par le système lymphatique. Le drainage nettoie et désintoxique ainsi le tissu.
- Il augmente la capacité de transport du système lymphatique et augmente ainsi le débit de la lymphe.
- Il augmente la résorption du liquide tissulaire par les capillaires sanguins.
- Il désintoxique la musculature du squelette et normalise son tonus.
- Il stimule la circulation du système lymphatique et sanguin.
- Il régularise la motricité des intestins.
- Il régularise le système neurovégétatif et augmente l'action du parasympathique. Il favorise la relaxation.
- Il a des réactions antalgiques, surtout sur les douleurs cutanées.
- Il met le système immunitaire dans une meilleure position de défense parce qu'il accélère le transport de la lymphe et nettoie le tissu et les ganglions lymphatiques.

Les applications thérapeutiques :

- lymphœdèmes et œdèmes veineux
- lésions traumatiques
- inflammations chroniques
- maladies du système digestif
- maladies du tissu conjonctif (rhumatisme, arthroses, arthropathies)
- problèmes dermatologiques
- troubles neurologiques
- pathologies « ORL » et ophtalmologiques
- migraines, stress
- insomnies
- soins palliatifs.

Les applications esthétiques :

- acné simple
- prévention des vergetures
- cellulite, cure d'amaigrissement
- rétention d'eau, jambes lourdes
- amélioration de la cicatrisation après une intervention chirurgicale

Durée : 1h10

Exercée par Claire Vittori

Aroma-massage rythmique en lemniscate

Du grec « leminskatos » qui veut dire ruban. La méthode de ce massage fut découverte et mise au point par R. Steiner, pédagogue et philosophe autrichien du siècle dernier, ainsi que par les doctoresses M. Hauschka et I. Wegmann. Tous les mouvements de nos liquides internes, ainsi que nos respirations pulmonaires et subtiles, se font en lemniskate, en 8. L'énergie vitale circule selon ce principe et l'importance de ce massage réside dans sa rythmicité. Celle-ci agit sur les corps subtils et dans l'intérieur de l'être par résonance.

Ce massage est thérapeutique et harmonise le corps entier. Il est en lui-même une suite de séquences traçant le signe de l'infini. Ce huit, qui du point de vue de la numérologie nous parle de la concrétisation de la conscience dans la matière, nous l'invitons à redonner l'impulsion rythmique de l'énergie dans le corps.

L'action énergétique de l'huile essentielle sur les organes permet une synergie dans ce mouvement universel qui relie le microcosme et le macrocosme, agissant sur le corps, l'âme et l'esprit.

Durée : 1h15

Exercée par Claire Vittori et Alain Challandes

Pour en savoir plus: article de Claire Vittori paru dans la revue Recto-Verseau

Ce massage est enseigné au Centre Harmonie Corps & Sens

Aroma-massage musculaire

Connaissez-vous la myriade de bénéfices offerts par cette pratique ancestrale ?

Les cas de stress, irritabilité, maux de dos ou de tête, congestions, jambes lourdes, cellulite, rigidités et douleurs musculaires, faiblesses cardiaques, grandes fatigues sont les raisons les plus fréquentes faisant appel au massage musculaire.

Plus subtilement, d'autre indications sont valables telles que le besoin fondamental d'être touché ou certains dérèglements hormonaux, ou une image corporelle de soi difficile.

Ou encore, un massage accompagné d'une application d'huiles essentielles peut se justifier avant et après un effort physique.

Pour le bien-être ou pour son intérêt thérapeutique, de façon préventive ou en cas de maladie déclarée, les huiles essentielles participent à réaliser votre objectif de santé (effets additionnés: anti-inflammatoires, anti-douleurs, immunostimulants, etc.)

Durée : 1h00 - 1h15

Exercée par Alain Challandes

Le pèlerinage de l'Âme

Le pèlerinage est avant tout un voyage à l'intérieur de soi-même, un cheminement à travers le vécu de nos expériences et la rencontre des inscriptions cristallisées dans la mémoire du corps, en attente d'être guéries.

Il vous est proposé de rencontrer :

- les attachements qui restreignent la pleine expansion de l'amour,
- les émotions qui retiennent l'expression libre de la vie en nous,
- le miroir, au travers duquel l'on rencontre les représentations des aspects auxquels on s'est identifié,
- la réconciliation avec l'enfant blessé en nous, qui depuis parfois fort longtemps attend d'être entendu et libéré pour manifester sa joie, sa créativité, sa coopération,
- l'enfant lumière, allié de notre coeur,
- les maladies, les organes, les chakras,
- notre yin et notre yang, pour unifier en nous le pôle féminin et le pôle masculin,
- nos croyances limitatives, nos exigences, etc.
- et également nos potentiels

Ce pèlerinage vers soi-même est progressif, respectant totalement le rythme et le besoin du moment. C'est dans un espace protégé que chacun, chacune peut en toute confiance écouter ce que son mal être, ses douleurs, ses blessures ont à lui communiquer avant de s'autoriser à se libérer totalement et de trouver l'assise et la stabilité en soi.

Nous vivons une véritable re-connexion d'amour en soi-même pour soi-même, révélant une expression plus complète et libre de la vitalité et la spontanéité dans notre créativité.

Après ces guérisons, le processus du pèlerinage en niveau II se poursuit pour ceux et celles qui souhaitent de manière tangible développer leur vie spirituelle, à la rencontre de la Terre, de l'Humanité, ses guides, sa famille d'âme, etc.

Durée : 1h30 à 2h00

Exercée par Claire Vittori et Alain Challandes

Ce travail d'accompagnement en pèlerinage de l'Âme est enseigné au Centre Harmonie Corps & Sens par Claire Vittori

Musicothérapie, table harmonique

Thérapie de résonance corporelle

Contact par le son

Venez vous allonger sur la table harmonique (ou monochorde), berceau sonore où déposer agitations et attachements du “monde ordinaire”, au bénéfice d'une détente profonde et régénératrice.

L'onde vibratoire des sons harmoniques agit par résonance en un massage subtil sur la structure et les fluides du corps: elle rééquilibre les systèmes nerveux et circulatoires, les corps physique et psychique.

La thérapeute joue de l'instrument, de la musique cristalline de ses bols et de sa voix … Elle ouvre un processus qui emmène la personne en réponse à son besoin du moment, à une connexion profonde avec elle-même. D'autres dimensions ressourçantes en soi se présentent alors, dans un lâcher-prise naturel et purifiant.

ressource pour toutes personnes en période de transformation

- femmes enceintes, adultes, enfants, personnes handicapées -

Durée : 1h15

Exercée par Claire Vittori

L'harmonisation énergétique

C'est l'harmonisation des corps subtils qui enveloppent le corps physique et des centres spécifiques : chakras, cœur, conscience, canal, thymus et autres. Ces interventions visent à rétablir la libre circulation de l'énergie de vie et à agir sur les blocages et cristallisations (émotions, formes-pensées, mémoires) qui sont devenus, au fil des années, des cuirasses qui emprisonnent l'âme et finissent parfois par créer des déséquilibres, jusque dans le corps physique.

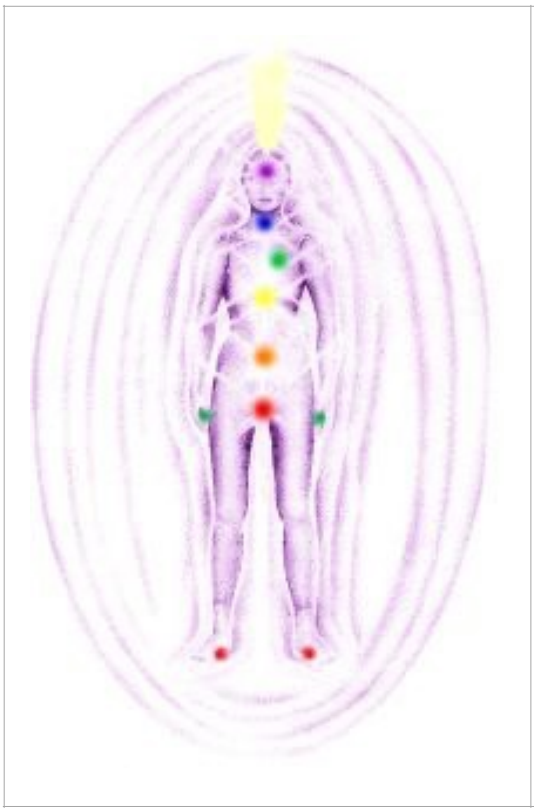
La personne reçoit une intervention d'harmonisation des corps subtils ou une intervention selon son vécu et le besoin ressenti. Ces interventions peuvent être transmises dans un certain ordre afin d'éviter de «brusquer» la structure énergétique et le corps physique.

Le thérapeute utilise son canal de lumière afin de transmettre l'énergie d'amour et de guérison par ses mains, et ainsi transformer les cristallisations logées à tous les niveaux de l'Être.

Plus de précisions sur les interventions :

Interventions sur les corps subtils :

Ces premières interventions visent essentiellement à libérer toutes cristallisations d'énergie (émotions, formes-pensées, mémoires, espaces de non-amour) par une action sur les différents corps subtils enveloppant le corps physique. Ces interventions permettent de rétablir la libre circulation de l'énergie de Vie et à chacun de 7 corps subtils, de respirer plus librement, de s'harmoniser, de reprendre VITALITE ET RAYONNEMENT.



Les corps subtils nous parlent de :

1. l'éthérique, des malaises du corps physique
2. l'émotionnel, des émotions vécues et /ou retenues
3. le mental, des systèmes de croyance
4. l'astral, de l'histoire des vies passées
5. le supra-astral, de l'histoire de l'âme
6. le corps céleste, de l'accompagnement de nos guides et de certains maîtres
7. le corps de lumière, du véhicule de l'âme et son cocon de lumière.

Intervention sur les chakras :

Cette intervention effectuée sur les chakras permet d'extraire toute « matière indésirable » ou cristallisation qui empêche la libre circulation d'énergie. L'intervention sur ces différentes portes vibratoires et énergétiques permet ainsi de libérer les chakras les plus blessés et les plus chargés, chacun de ceux-ci étant directement associé à une glande ou à un organe interne du corps physique

Intervention sur le cœur :

Cette intervention du cœur vibratoire physique prend place directement dans l'enveloppe physique. Elle vise à dégager la fluidité de l'amour inconditionnel dont le cœur est le siège. Opérer le cœur est donc de permettre une guérison de tout ce qui entrave (mémoires, blessures affectives) la libre circulation de l'amour inconditionnel. Le cœur représente la seule porte d'accès à une conscience supérieure. « Seul l'amour peut éveiller l'amour ».

Intervention sur la conscience :

Cette intervention permet d'aligner l'individu à la conscience du divin qui l'habite. En plus de cette ouverture de conscience, elle décristallise les blessures et mémoires de cette existence et d'autres existences. Cette reconnaissance du divin en soi permet d'unir la conscience au cœur.

Intervention sur le canal :

Le canal (sushumna en sanscrit) est ce cylindre subtil situé au centre même de l'enveloppe physique et dans lequel passe l'énergie vitale (kundalini). Cette intervention éveille l'énergie vitale, en régularise la poussée et en facilite la libre circulation et favorise un meilleur ancrage à la terre tout en restant connecté « au ciel ».

Réintégration de l'âme dans le corps physique :

Cette intervention permet ainsi à l'âme de réintégrer l'enveloppe physique, en invitant l'âme à entrer dans le corps par le chakra supérieur et l'habiter progressivement jusqu'aux pieds. L'individu dont l'âme est à côté du corps est souvent déprimé et peut avoir des tendances suicidaires ; ainsi cette réintégration nécessite un accompagnement dans les jours qui suivent et peut être vécue telle une nouvelle naissance.

Harmonisation des vortex et noyaux des corps subtils :

Ces interventions permettent à l'énergie de guérison d'entrer encore plus profondément dans la structure fine et énergétique du corps physique.

Harmonisation du thymus :

Libération des mémoires karmiques associées au cœur, entraînant une reconnaissance de son âme, lui ouvrant le chemin de l'unité.

Une unification encore plus profonde vous sera alors proposé au niveau de l'intégration de l'unité cellulaire. Renseignements sur demande.

Durée : 1h30 à 2h00
Exercée par Claire Vittori

Émanessence : dans le même champs d'action que l'harmonisation

énergétique, Claire Vittori et Alain Challandes pratiquent également une harmonisation énergétique ou revitalisation de l'être nommée Émanessence. L'Émanessence est une action de pur accompagnement pour la globalité de l'être. Renseignez-vous !

Accompagnement psychocorporel à la grossesse

en individuel
en couple
en famille
en groupe

Méthodes à disposition

Harmonie par le chant familial et prénatal

Harmonie corporelle: mouvements MLC, Yoga, travail de la respiration, de la posture

Massages intuitifs aux huiles essentielles, mobilisations douces, drainage lymphatique manuel Vodder, réflexologie

Accompagnement individuel et en couple, préparer la venue de l'enfant, accueillir et guérir l'enfant blessé en soi, la mère, le père, etc... par :

- l'écoute active,
- le pèlerinage de l'Âme,
- l'harmonisation énergétique

Bains de lumière cristalline

Bains de sons harmoniques

Dès la naissance, accompagnement du bébé et du petit enfant en présence des parents en pèlerinage de l'Âme (pour accompagner les besoins du nouveau-né par une technique d'écoute particulière, les parents peuvent apprendre cette technique fort simple)

Durée : variable en fonction des méthodes choisies

Exercées par Claire Vittori

Massage Shantala, bébés, enfants

Le temps de la grossesse est un moment privilégié pour entrer dans la conscience de la continuité de la vie !

Extrait du livre: « Shantala, un art traditionnel, le massage des enfants » de F. Leboyer aux éditions du Seuil :

Nourrir l'enfant
Oui
Mais pas seulement de lait.
Il faut le prendre dans les bras.
Il faut le caresser, le bercer
Et le masser
Ce petit, il faut parler à sa peau
il faut parler à son dos
qui a soif et faim
autant que son ventre.
Dans les pays qui ont conservé
le sens profond des choses
les femmes savent encore tout cela.
Elles ont appris de leur mère,
elles enseignent à leurs filles
cet art profond, simple
et très ancien
qui aide l'enfant à accepter le monde
et le fait sourire à la vie.

Durée : 1h00

Exercée par Claire Vittori

La rencontre a lieu au domicile de l'enfant

Chant prénatal et familial
La grossesse en chantant

L'enfant dans son cocon qui est un berceau sonore, reçoit par la peau bien avant la formation de ses oreilles la vibration du chant de son père et de sa mère. Le chant aide à la construction du foetus. La voix grave du père renforce le bas de son corps, celle plus aiguë de sa mère, ouvre et en développe le haut.

Des parents qui ont chanté pendant la grossesse amènent vibratoirement, émotionnellement, corporellement le cocon de bienvenue sur terre. Lorsque la femme ne peut venir avec son compagnon, la présence de la voix d'un ami ou d'un frère qui choisit de l'accompagner est bienvenue.

Pour la femme enceinte, la grossesse en chantant permet l'acceptation que le corps change et donne un soutien au fil des mois à la posture de son corps (renforce la sangle abdominale), son souffle, ses émotions et donne confiance de s'abandonner au processus naturel de la vie.

Accompagnement de la femme enceinte, du couple, de la famille par le chant prénatal :

- temps de détente et de partage pour créer une atmosphère de complicité et de sécurité
- mouvements appropriés au maintien de la posture en évolution, petits massages
- sons graves et différentes vocalises issues de la psychophonie
- maîtrise du souffle, balancements
- répertoire de berceuses et dictions pour chaque mois de gestation,…

Durée : 1h00 à 1h30

Exercée par Claire Vittori

Pour en savoir plus sur la pychophonie, de laquelle s'inspire le chant prénatal et familial :

Dans les années 1960, Marie-Louise Aucher (1908-1994), musicienne et cantatrice, découvre les correspondances vibratoires entre les sons et le corps humain. Elle établit notamment une échelle des sons qui rejoint certains points énergétiques de la médecine traditionnelle chinoise. Encouragée par des chercheurs et des médecins, elle fonde alors la psychophonie, démarche novatrice dans l'enseignement de la pose de voix.

Les ateliers de chant familial et pré-natal, créé par M.-L. Aucher sont basés sur les grands axes de la psychophonie suivants :

- réceptivité et émission: la qualité de notre émission vocale dépend de notre conscience corporelle et de la justesse de notre réception sensorielle,
- les cinq sens: l'enfant découvre le monde extérieur grâce à ses cinq sens. Adulte, nous les utilisons pour découvrir notre monde intérieur et enrichir notre expression vocale,
- voix parlée, voix chantée: ces deux aspects de la voix sont indissociables. On ne saurait travailler l'une sans travailler l'autre. Poésie, mélodie et rythme en sont les clés,
- le souffle, au cours de la vie, entre inspir et expir... ouvre les portes de la voix,
- enracinement et rayonnement: bâti sur un axe vertical et un axe horizontal, l'être humain trouve son équilibre entre ses deux pôles. La justesse de sa parole et la liberté de son chant en découlent,
- harmonisation: la démarche psychophonique permet de relier les différents plans de l'être: physique, énergétique, émotionnel, mental, spirituel, et de les harmoniser. La relation de soi aux autres se trouve facilitée et la communication enrichie.
- les bienfaits: source de détente, de vitalité, de tonus, d'équilibre, la Psychophonie® permet à chacun de se construire et de s'exprimer en toute plénitude.