

« Je vous propose d'apprendre à trouver et utiliser les forces extraordinaires d'auto-guérison que vous avez au fond de vous, votre enfant intérieur, la belle personne que vous êtes intérieurement ».

Marie-Françoise

Marie-Françoise Bourdon est diplômée d'état infirmière Oct.72 (Ecole de la Croix-Rouge Lyon)

Elle possède :

- Un certificat de Sophrologue généraliste;
- Un diplôme
 - en sophrologie d'assistance le 12-9-96
 - en sophrologie évolutive le 15-9-97

Ecole de sophrologie **André DAPREY** : voir www.sophronet.com
Elle reçoit une formation continue en Sophrologie

D'autres formations lui offre un éventail certain :

- **Stages Ecole de vie « Ecoute ton corps » Lise Bourbeau :**

Ecoute ton corps niveau I
Métaphysique des malaises et maladies
L'Ecoute des autres.

- **Formation « Méthode lire en soi » Eric Michel.**
- **Formation au Toucher Massage : « Massage Essentiel » par J.Savatofski**
- **Formation sur l'approfondissement du vieillissement.**
- **Attestation cours de NHET (Naked Hand Energetic Technic).**
- **Formation en litho thérapie.**
- **Colloques sur l'autisme à Chambéry et au Puy en Velay.**

L'approche des malades lui a fait considérer la personne dans sa globalité. Elle est magnétiseuse et harmonise les énergies à l'aide de cristaux. La rencontre d'André DAPREY, de Lise BOURBEAU et d'Eric MICHEL, lui ont permis de s'investir complètement dans le retour au bien-être des personnes, André en lui enseignant la relaxation sophrologie, Lise et Eric en lui donnant l'un et l'autre, une méthode pour que chacun se découvre et se prenne en charge. Par le plaisir de massages aux huiles essentielles, elle vous apprend à rentrer en relation avec votre corps.

SON EXPERIENCE :

En Relaxation - Sophrologie :

- 1** - En groupe pour adultes à Yssingeaux de 1997 à 2001 au sein d'une association une fois par semaine
- 2** - En individuel ou petits groupes de 4 à La Faye, St Maurice de Lignon, avec possibilité d'élaboration de cassettes de travail individuel de 1997 à 2003.
- 3** - Réalisé intervention sur le stress par après-midi complète au Chambon sur Lignon pour une association.
- 4** - Réalisé plusieurs interventions de 3 heures au CPEA à Yssingeaux pour information sur le stress avec application sous forme d'exercices, pour des jeunes filles.
- 5** - Formatrice à l'école Sophronet André Daprey 2003 à 2005.
- 6** - Création d'un espace détente à Yssingeaux au 1° Janvier 2004. : lieu de travail en individuel, en groupes (adultes - enfants - étudiants), en stages. En individuel avec possibilité d'élaboration de cassettes de travail individuel.
Travail Août 2009 avec des groupes d'adultes handicapés venus en vacances avec Accro'Nat.
- 7** - En associatif fin 2009 :
Continuation de groupes à l'école maternelle Saint Pierre Sainte Anne à Yssingeaux.
En individuel sur rendez-vous, à Chatimbarbe à Yssingeaux au cabinet d'ostéopathie de Mme Ch. Brun.

SES SPECIALISATIONS :

- Thérapies de Groupe
 - Thérapie holistique
 - Gestion du Stress
 - Gestion des énergies
 - Relaxation à la grossesse et à l'accouchement
 - Préparation aux examens
 - L'enfant et le stress
 - Etudes de thèmes selon la méthode « Lire en soi »
-