



SE LIBÉRER DES MAUX GRÂCE À LA KINÉSIOLOGIE EN ADAPTOGENÈSE®

Anne Schmitt s'est récemment installée dans son nouveau cabinet situé au 7 rue de Serre, à Nancy (à proximité du cours Léopold). Elle y pratique la Kinésiologie en Adaptogenèse® : une approche émotionnelle et psychologique basée sur les principes de la Chiropraxie, Ostéopathie et Micro kinésithérapie.

Objectif : répondre aux besoins spécifiques de blocages physiques et psychiques.

“ LES PATHOLOGIES LES PLUS RÉPANDUES SONT LES DÉPRESSIONS, LES BURN-OUT ET LES TROUBLES DU SOMMEIL. IL N'Y A PAS DE CONTRE-INDICATION À LA KINÉSIOLOGIE. C'EST UNE DISCIPLINE NON MÉDICALE, QUI N'ÉTABLIT PAS DE DIAGNOSTIC MAIS QUI EST SOUMISE À UN CODE DE DÉONTOLOGIE. C'EST POURQUOI JE TRAVAILLE EN LIEN AVEC LE MONDE MÉDICAL POUR PROPOSER UNE ALTERNATIVE COMPLÉMENTAIRE AUX CLIENTS. ”



Issue du milieu médical depuis 20 ans, Anne Schmitt s'est reconvertie à la Kinésiologie et est spécialiste de l'Adaptogenèse®, une pratique mise au point par Francis Vieules, directeur de l'école de kinésiologie et d'Adaptogenèse

EDUtm : « Cette technique se centre sur les sources de la santé, en agissant sur de grands leviers comme l'équilibre postural et biomécanique, l'équilibre psycho-émotionnel, l'équilibre énergétique, l'équilibre nutritionnel et acido-basique... C'est la discipline "haut de gamme" de la kinésiologie, qui demande beaucoup de rigueur » explique Anne Schmitt. Cette pratique vise, en fait, à corriger les déséquilibres posturaux (sciatiques, lumbagos,

douleurs cervicales...) et à libérer les émotions engrangées dans notre organisme pour lever les blocages physiques et psychologiques qui y sont liés : « Le corps est le réceptacle des mémoires des événements vécus et des émotions des peurs. Une référence traumatique dans le passé peut se réveiller et être amplifiée par un événement actuel, parfois très anodin » constate la kinésiologue.

ALTERNATIVE COMPLÉMENTAIRE À LA MÉDECINE

Concrètement, une séance dure entre 1h à 1h30. Anne Schmitt débute par un entretien pour cibler les problématiques présentes ou passés : « Lors de la consultation, la personne reste habillée, allongée sur une table. J'effectue alors une cartographie de son corps par des tests musculaires très précis afin de desceller ses points de blocage. » En travaillant à la fois sur la dimension structurelle et l'aspect émotionnel, la Kinésiologie en Adaptogenèse® permet d'atteindre un mieux-être intérieur.

« Depuis le premier confinement, j'accueille trois fois plus de clients. Les pathologies les plus répandues sont les dépressions, les burn-out et les troubles du sommeil. Il n'y a pas de

contre-indication à la Kinésiologie. C'est une discipline non médicale, qui n'établit pas de diagnostic mais qui est soumise à un code de déontologie. C'est pourquoi je travaille en lien avec le monde médical pour proposer une alternative complémentaire aux clients. » La Kinésiologie en Adaptogenèse® s'adresse aussi bien à des particuliers, enfants ou adultes, qu'à des sportifs de haut-niveau pour les aider à être au maximum de leurs performances, qu'aux musiciens qui utilisent la Kinésiologie pour travailler leur souffle ou leur créativité.

AIDER LES ENFANTS EN ÉCHEC SCOLAIRE

« La Kinésiologie en Adaptogenèse® est aussi vivement conseillée aux enfants qui sont en échec scolaire ou qui ont des problèmes comportementaux notamment un manque de concentration » souligne Anne Schmitt. La praticienne travaille d'ailleurs en lien avec les établissements de l'Ensemble scolaire privé de Nancy. Anne Schmitt proposera également des séances en entreprise pour aider à la gestion du stress au travail, lorsque la situation sanitaire le permettra.

Attentive et à l'écoute, Anne Schmitt instaure un climat de confiance et d'apaisement. Dans son nouveau cabinet, plus spacieux, les clients sont accueillis individuellement et le protocole sanitaire est respecté : port du masque et de gants, gel hydro alcoolique à disposition, prise de rendez-vous en amont... « Il suffit parfois de quelques séances pour débloquer un point sensible. Chaque histoire est différente, chaque traumatisme est unique, le test est un dialogue avec le corps » insiste la kinésiologue. Les séances doivent être espacées de 4 à 6 semaines pour laisser un temps d'intégration nécessaire à l'organisme. Elles ne sont pas prises en charge par la Sécurité Sociale mais peuvent être remboursées par certaines mutuelles dans le cadre du forfait « bien être et/ou médecine douce ». ■ **Pauline Overney**

➕ 7 rue de Serre à Nancy (rez-de-chaussée à droite) • Renseignements et prise de rendez-vous : 06 42 66 85 36 ou sur l'agenda en ligne : lamaindubien.fr • Anne Schmitt consulte les lundis, mardis et vendredi de 9h à 20h et les mercredis et samedis de 8h à 12h30.

