

# Bulletin d'information

Numéro 7

## Coup de projecteur sur Bénédicte Naerhuyzen, Kinésologue

Formée à la kinésiologie à l'Institut Belge de Kinésiologie et riche d'une expérience en tant que biologiste responsable d'équipe et de projets dans la Recherche contre le cancer, j' ai recentré ma carrière autour de l'équilibre et du bien-être.

Par ma pratique de la kinésiologie, je propose une approche globale et respectueuse de la personne dans sa dimension physique, émotionnelle et énergétique en faisant appel à un ensemble varié de techniques ayant en commun l'utilisation du test musculaire.



Outil de dialogue avec le corps, le test musculaire fait appel à la mémoire du corps afin de détecter les déséquilibres qui entravent la personne dans son chemin de vie, le but étant de restaurer la circulation de l'énergie, de dissiper la fatigue et de retrouver tonus et vitalité.

En l'aidant à lever les blocages du passé qui l'empêchent d'utiliser toutes ses ressources, je peux aider la personne à dépasser son stress, à rompre avec ses croyances limitatives pour l'amener à atteindre ses objectifs, à reprendre les rênes de sa vie et la vivre plus paisiblement.

La kinésiologie est compatible et complémentaire avec différentes thérapies.

J'accompagne tout enfant, adolescent ou adulte désirant :  
mieux gérer un mal-être, des émotions , des difficultés relationnelles  
améliorer sa communication (timidité, peur, inconfort, manque de confiance...)  
gérer un stress lié à des problèmes de santé (dépression, burnout, maladie prolongée ...)  
diminuer une douleur chronique ou des tensions musculaires  
se préparer à une intervention chirurgicale  
canaliser le stress d'un futur examen, d'un entretien d'embauche,...  
vaincre les difficultés d'apprentissage (scolaire, professionnel,...)  
augmenter ses performances (sportives, ...)  
mieux gérer toute situation dans laquelle le stress l'empêche de fonctionner de manière optimale.

### Comment se passe concrètement une séance de kinésiologie ?

Elle dure environ 1h , vous restez habillé et serez couché sur une table de massage. En début de séance, vous prendrez le temps d'évoquer la raison de votre venue et de définir l'objectif prioritaire à travailler pendant la séance.

Je vous décrirai ensuite le fonctionnement du test musculaire et vous aiderai à le ressentir. Par des phrases, des mots, nous chercherons ensemble, un sens aux émotions négatives, au stress que vous ressentez en lien avec la difficulté amenée.

Ensuite, le test musculaire indiquera les équilibres énergétiques dont vous avez besoin pour surmonter les difficultés que vous rencontrez (travail sur les méridiens, massage ou simple toucher de certains points du corps, mouvements, huiles essentielles,...)

La séance se termine en évaluant comment les prises de conscience et les corrections effectuées vous aideront à rencontrer l'objectif fixé en début de séance.

La nécessité d'autre(s) séance(s) ainsi que l'intervalle entre celles-ci dépend de chaque personne ainsi que de l'objectif à travailler. 2 à 3 semaines sont parfois nécessaires à l'intégration complète d'une séance.

**Le mercredi 19 Avril à 20h , j' organise également un atelier pour vous faire découvrir la kinésiologie et ses bienfaits. ... rendez-vous à Kinésys !**

**Inscription et informations:**

**[benedicte.naerhuyzen@kinesys.be](mailto:benedicte.naerhuyzen@kinesys.be) ou 0497/397.425**