

# Votre sophrologue

*Valérie Delmulle*



Praticienne en Sophrologie Diplômée

Ecole Belge de Sophrologie Dynamique®

Membre de l'Association Européenne de Sophrologie

Membre de la Fédération Européenne de Sophrologie Dynamique®

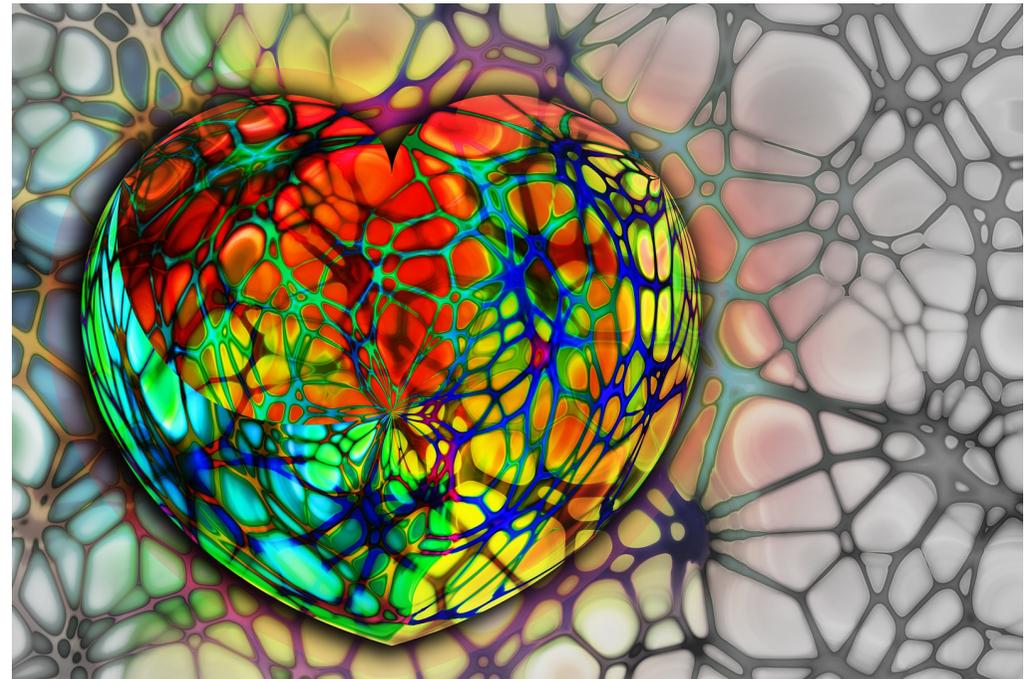
Engagée dans un cursus de Maître Praticien en Sophrologie Dynamique®

Plus d'informations...



[www.kazuki.eu](http://www.kazuki.eu)  
[info@kazuki.eu](mailto:info@kazuki.eu)  
+32 (0)497 10 00 50

# Sophrologie Douleurs & Maladies



Kazuki 

## Accompagner la Maladie & la Douleur

Acouphènes, Fibromyalgie, Lombalgie, Oncologie...

L'intervention sur la douleur me tient particulièrement à cœur et ce n'est pas un hasard car c'est la douleur qui m'a amenée à devenir sophrologue.

En effet, la Sophrologie peut apporter une aide précieuse et efficace en associant relâchement musculaire, respiration et pensée positive de façon à faire communiquer au mieux le corps et l'esprit.

Lorsque le corps n'est plus que tension et souffrance, il est bien difficile d'être détendu. Pourtant plus le corps est tendu, plus la souffrance prend sa place. Elle mobilise alors toute notre énergie, nous empêche de trouver le sommeil...

La Sophrologie peut permettre de mobiliser les ressources de chacun, restaurer l'image de soi parfois malmenée par une pathologie cancéreuse, par exemple.

L'apaisement mental ainsi retrouvé par l'entraînement régulier permet alors d'atténuer les douleurs corporelles et d'envisager un avenir plus serein par une combattivité accrue.

Certaines techniques permettent à chacun de développer ses propres capacités positives améliorant ainsi confiance en soi et en son corps.

## Comment se passe l'accompagnement ?

Un accompagnement à la maladie ou à la douleur est un accompagnement pointu et « sur mesure ».

En fonction des besoins, ces séances permettront :

- ✓ Une défocalisation sur la douleur;
- ✓ D'accepter les changements physiques ou psychologiques;
- ✓ Reprogrammer positivement le sommeil;
- ✓ Favoriser la récupération énergétique;
- ✓ D'ouvrir les portes vers un mieux-être...

Bien que les séances se déroulent, en général, en position assise et en cabinet privé, dans ce cas particulier, nous adaptons l'accompagnement à la pathologie. Déplacement possible, sous conditions, à domicile ou en milieu hospitalier.

## Nous insistons...

En aucun cas, le sophrologue ne réalise de diagnostic, il ne prescrit pas. La Sophrologie ne se substitue à aucun traitement médical mais intervient en complément de ce dernier et s'avère être une auxiliaire efficace reconnue par le monde médical.

**Plus d'informations sont disponibles  
Sur notre site ou auprès de votre sophrologue.**

