



CONFÉRENCE 2024

Tous publics

©Corps connecté, bien-être assuré Un voyage émotionnel et corporel inédit

Réguler sa tension émotionnelle & développer sa conscience corporelle

Les émotions selon la psychologie chinoise
Les bienfaits de la pratique du Tai-chi chuan
En appui : l'approche et les études des neurosciences

Pascale GUILLEMET

Praticienne en médecine traditionnelle chinoise

Diplômée de la faculté de médecine de Montpellier (UM1 UFR médecine)

Coach en approche biopsychosociale et performance globale

Instructrice de Tai-chi chuan

Contact : Pascale GUILLEMET

Tél. 06 77 80 81 02 - E-mail : pascaleguillemet30@gmail.com

Site internet : <https://pascaleguillemet.fr/>

Durée et organisation de la conférence

Sur 1/2 journée, soit 3 h 30 heures.

Horaires 9 h 30 – 12 h 30 ou 14 h 00 – 17 h 30.

Sur 1 journée, soit 7 heures.

Horaires 9 h 00 – 12 h 30 / 14 h 00 – 17 h 00.

La conférence comprend une partie théorique et une partie pratique.

Elle est réalisée en présentiel.

Lieux : à définir.

Moyens et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la conférence-action et à la pratique de l'exercice du Tai-chi chuan.
- Documents projetés.
- Exposés théoriques.
- Étude de cas concrets.
- Remise de documents supports à l'issue de la conférence-action.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la conférence

Formulaire d'évaluation de la conférence-action.

Tarif

INTER ou INTRA entreprise pour une demi-journée (3 h 30) ou 1 journée (7 h 00) : à définir.

Réalisation de devis sur demande (TVA non applicable art. 293B du CGI).

Renseignements

Pascale GUILLEMET

261, impasse des Landes - 30130 PONT SAINT ESPRIT

Tél. : 06 77 80 81 02

E-mail : pascaleguillemet30@gmail.com

Site internet : <https://pascaleguillemet.fr/>

Intervenante – conférencière/praticienne en médecine chinoise et coach en approche biopsychosociale et performance globale.

20 années d'expérience en management dans l'industrie pharmaceutique et en tant que Directrice multisites dans le secteur médico-social, m'ont permis d'acquérir des outils en gestion des ressources humaines et des compétences en formation dans le secteur de la santé fusionnant l'expertise d'un monde professionnel avec la sagesse ancestrale de la médecine chinoise.

Diplômée de la faculté de médecine de Montpellier en médecine traditionnelle chinoise et praticienne expérimentée. Spécialisée dans l'approche psycho-émotionnelle ou autrement dit l'émotion [tels que l'anxiété, le stress chronique] comme source potentielle de déséquilibre physiologique.

De nombreux partenariats en entreprise et en structures médicales ont permis d'obtenir une expérience crédible dans ce domaine.

Instructrice de Tai-chi chuan

Assistante pédagogique et disciple de Maître Alain CAUDINE [8^e duan de la Fédération Française des arts énergétiques martiaux chinois et de Chine], 1^{er} disciple européen du grand maître WANG Xi'an et référence nationale du Tai-chi chuan de l'école Chen au sein du collège technique de la FFAemc.

Enseignement des techniques de « l'art de se garder en bonne santé » [YangSheng] du Tai-chi chuan auprès de différents publics, y compris en entreprise.

Domaines d'expertises :

- Gestion des émotions, réduction du stress et optimisation de la santé grâce à une approche intégrative alliant tradition et science.
- Enseignement du Tai-chi chuan.
En appui, l'approche et les études des neurosciences pour donner un éclairage contemporain à la sagesse millénaire de la médecine chinoise et du Tai-chi Chuan.
- Réalisation de conférences dont l'objectif est de faire monter en compétences émotionnelles tout public à partir des principes clés d'une médecine millénaire associés aux découvertes des neurosciences comme point d'ancrage scientifique.
- Accompagnements et coaching en approche biopsychologie sociale et performance globale afin de conduire le changement par une mise en pratique réelle du bien-être psychique et un mieux-être physique pour manager, s'adapter, communiquer, s'orienter, et s'épanouir

Cette convergence entre la science et la tradition offre une perspective holistique et puissante pour naviguer dans le monde complexe des émotions.

Renseignements



Pascale GUILLEMET

261, impasse des Landes - 30130 PONT SAINT ESPRIT

Tél. : 06 77 80 81 02

E-mail : pascaleguillemet30@gmail.com

Site internet : <https://pascaleguillemet.fr/>