

A propos de moi

Née à Clermont Ferrand, j'ai grandi au pied des Volcans d'Auvergne.

Amoureuse des chevaux et des grands espaces, la nature a toujours été ma source d'inspiration.

Après des études scientifiques en agronomie puis forêt, j'ai engagé une formation d'éducateur sportif. Puis, suite à diverses expériences professionnelles et personnelles, j'ai pu intégrer un cursus universitaire long en développement et aménagement des territoires.

Par la suite, en tant que chargée de projet en développement durable en collectivité territoriale, j'ai œuvré pour impulser et accompagner les changements de pratiques, tant au niveau collectif institutionnel qu'au niveau des comportements individuels des agents. Je me suis ensuite consacrée pendant plusieurs années à développer et mettre en oeuvre une politique de restauration de qualité au sein des cantines relevant de la compétence de ma collectivité. En tant que responsable d'équipe, j'ai pu mesurer l'importance de la prise en compte de l'humain pour la réussite de toute démarche collective.

Engagée dans un processus de développement personnel depuis plus de 20 ans, notamment au travers de diverses thérapies, j'ai pris peu à peu conscience que changer le monde, c'est déjà et avant tout se changer soi même.

Au gré de rencontres et amitiés, parfois d'opportunités (qui ne doivent rien au hasard !), j'ai pu dans le même temps découvrir et pratiquer le yoga, la méditation, le shiatsu ...

Ressentant la nécessité d'agir pour préserver ma santé et retrouver ma vitalité, j'ai découvert la naturopathie. Le retour d'expérience d'une amie, affectée par une pathologie récidivante et résolue par la naturopathie, ainsi que sa décision de s'engager dans une formation ont été pour moi déterminants.

Motivée pour mettre en oeuvre de profonds changements dans mon hygiène de vie, j'ai également ressenti le besoin de redonner du sens à mes engagements en faveur d'une alimentation saine et de modes de vie plus respectueux de l'environnement, et jusqu'alors essentiellement orientés vers l'action collective, citoyenne ou institutionnelle.

Redonner du sens, c'est pour moi positionner l'Humain au coeur de mes préoccupations, et consacrer mon énergie à l'aide et à la relation à l'autre.

En 2013, j'ai donc décidé d'initier ma reconversion professionnelle et de m'engager dans une formation de naturopathe. J'ai opté pour une formation sur 2 ans délivrée à Toulouse par l'IFSH, Institut Français des Sciences de l'Homme.

J'ai choisi d'étaler cette formation sur 4 années, jusqu'en juin 2017. Après l'examen et la présentation d'un mémoire de fin d'étude consacré à l'obésité et à l'accompagnement naturopathique post by pass gastrique, j'ai été diplômée en janvier 2018.

Naturellement curieuse et ouverte à l'expérience, je m'intéresse, au delà des sciences de la vie et de la santé et de l'écologie, aux sciences humaines et sociales, aux neurosciences, aux sciences cognitives, et plus largement à la spiritualité et à l'humanisme. De manière plus énergétique, j'étudie également les symboles, leurs vertus thérapeutiques dans la manière dont ils jalonnent l'histoire de l'Humanité en unifiant, en reliant et en éclairant les liens de l'être humain avec son environnement.

En s'inscrivant délibérément dans un « grand Tout », chacun de nous, s'ouvre aux synchronicités et devient créateur de sa vie, dont il peut changer le cours.

Je suis donc intimement convaincue que l'Etre Humain ne peut vivre heureux et en bonne santé qu'en se reconnectant à l'unité de la nature et à sa véritable nature. Je pense en effet, comme l'enseigne la philosophie bouddhiste, que l'essence même de l'Etre n'est pas séparée de son environnement, qu'elle est à la fois paisible et joyeuse, et réside dans la lumière et l'Amour. A chaque instant, nous avons le choix.

Ma motivation est de partager mes connaissances et d'accompagner autrui, dans l'espoir de lui faire bénéficier de mes propres expériences positives en matière de prise en main de son bien être et de sa santé. Avec l'humilité que me confère l'étendue de tout ce que je ne sais pas !

Je considère que chacun, avec ses moyens et ce que lui aura enseigné son parcours de vie, est en capacité de (re)prendre le pouvoir sur ce bien intime, indispensable et précieux : la santé. Mais il n'y a pas de vérité absolue ou d'objectif suprême à atteindre, juste un cheminement, un processus à engager, visant à améliorer son bien être et à le faire rayonner autour de soi.

Partager mes connaissances et me positionner dans l'accompagnement au changement sont des désirs profondément ancrés chez moi. Au delà de l'accompagnement individuel que me permet ma pratique de naturopathe, je suis également engagée dans la consolidation de mes compétences en accompagnement de groupe et en techniques de créativité et d'apprentissage en intelligence collective.

Par delà le clin d'œil et l'anglicisme, « Nature is A » fait référence à ce principe unificateur et créateur, symbolisé par la 1ère lettre de l'alphabet, « A » ou encore « Aleph » dans l'alphabet hébraïque, commencement de toute chose et début du chemin, élan de vie, Alchimie.

Il s'agit également de laisser libre cours à ce qu'évoque la Nature pour chacun de nous et pour la naturopathie. La Nature est un(e) : chemin, source, chance, langage, nourriture - charnelle, spirituelle...-, mère, force...

In fine, la Nature est Une...

Tout est ouvert. Tout est là