



Site internet

www.mounia-shiatsu.fr

Page Facebook

[@mounia.shiatsu.3](https://www.facebook.com/mounia.shiatsu.3)

[@Terra.shiatsu](https://www.facebook.com/Terra.shiatsu)

Mounia Bouhamidi

Formatrice Shiatsu

Mounia Bouhamidi est praticienne Shiatsu et formatrice à Terra Shiatsu. Elle travaille avec tous les publics sur diverses problématiques et également avec les femmes pour les troubles du cycle, la grossesse, l'accouchement, la ménopause, ainsi que sur les traumatismes liés au non respect du corps.

Son intérêt pour le travail à partir des besoins et réponses du corps l'a amenée à développer une écoute intéressante et des outils adaptés qui teintent particulièrement son Shiatsu.

Atelier : Retrouver le lien au corps quand il n'a pas été respecté : Shiatsu - apaisement physio-émotionnel

Cet atelier est destiné aux praticien.nes Shiatsu, qui souhaitent accompagner des personnes ayant subi des violences sexistes et sexuelles (harcèlement, agressions, viol, violences conjugales, violences gynécologiques...).

Il propose une écoute et des techniques manuelles ciblées pour encourager la détente du système nerveux, aider au relâchement des tensions et permettre de retrouver une relation apaisée à son corps.

Une attention particulière sera portée à l'utérus, en lien avec les mémoires émotionnelles et somatiques du vécu des patientes. L'atelier vise à fournir des outils concrets et adaptés pour un accompagnement respectueux et bienveillant, favorisant l'apaisement et la reconnexion au corps.

