

Des thérapeutes à vos côtés

Offre réservée aux étudiants de Lyon 3,
Campus de Bourg en Bresse

Chaque thérapeute propose une ou plusieurs
séances à 5 euros, exclusivement aux étudiants,
et répondra aux demandes
selon son cadre et ses possibilités.

Nom et coordonnées	Pratique	Sur quelle problématique puis-je vous aider ? (quelques exemples)	Durée d'une séance	Nbre max de séances
Sylvain Vastel 42, rue Charles Robin Bourg en Bresse 06 21 53 28 66 sylvain.vastel@gmail.com	Sophrologie	Gérer son énergie et sa fatigue Ne pas subir ses émotions Techniques de respirations en conscience	1h	4 à 6
Karine Trably 8D rue Charles Tardy 01000 Bourg-en-Bresse 06 79 45 74 12 karine@lesapprentisseurs.fr	Orthopédagogue Praticienne PNL des apprentissages	Difficultés d'organisation, procrastination, démotivation. Apprentissages compliqués : compréhension, mémorisation, révision. Étudier avec un trouble des apprentissages (dyslexie, trouble de l'attention). Faire le point pour mieux se comprendre et retrouver le goût d'apprendre.	45 minutes	3
Maryline Soret 42, rue Charles Robin 01000 Bourg en Bresse 06 07 64 21 90 soret.maryline@orange.fr	Naturopathie	Equilibre alimentaire afin d'éviter les carences Hygiène de vie (sommeil, activité physique, gestion du stress, ...)	1h30	1
Noluène Rollet 42 rue Charles Robin 01000 Bourg en Bresse 07 67 73 16 67 noluene.latrane@gmail.com	Trame	Stress, angoisses, troubles du sommeil, mal être, perte d'énergie, repli sur soi, difficultés à prendre des décisions. Méthode non intrusive.	1h	3
Arnaud Perez 282 avenue de Mâcon 01440 Viriat 0631656183 aperez.relationdaide@yahoo.fr	Techniques d'Activation et d'Orientation de l'Attention et de la Conscience	Je vous aide à acquérir des outils simples d'auto-activation. Ils vous aideront à prendre confiance en vous, à mieux gérer votre stress, à mieux restaurer vos apprentissages et améliorer vos performances.	1 h	2
Marie-Aline Gavand 8D rue Charles Tardy 01000 Bourg en Bresse 06 45 97 73 39 ma.gavand@lafabriquede perspectives.fr	Coaching d'orientation	"En route vers mon projet professionnel" : Un accompagnement individuel de 4 à 6 heures, pour les étudiants en questionnement sur leur orientation et leur projet professionnel, structuré en plusieurs séances (A titre indicatif : Connaissance de soi / Définition de critères d'orientation / Recherches de directions possibles et évaluation de leur faisabilité / Plan d'action)	1h à 1h30 Mercredi matin tous les 15 jours	1 cycle de 4 à 6 heures selon l'objectif de l'étudiant
	Thérapie brève, systémique et stratégique	Faire la paix avec ses émotions (stress invalidant, peur de l'échec, tristesse...) Apaiser les souffrances relationnelles.	45 mn Mercredi matin tous les 15 jours	10

<p>Caroline Cottin 150 Avenue François Pignier Bâtiment E – 1er étage 01000 Bourg-En-Bresse 07 67 99 51 28</p>	<p>Psychothérapie, en face à face par la parole.</p> <p>Confidentialité, absence de jugement et liberté de parole.</p>	<p><i>Confiance, relation à l'autre, deuil, rupture, harcèlement, stress ...</i></p> <p><i>Je vous propose un espace pour exprimer ce qui vous pose problème, vos ressentis. Et ainsi reprendre contact avec vos ressources, en découvrir de nouvelles qui vous amèneront vers une meilleure compréhension de soi, de ce que vous traversez et vers une amélioration ou résolution de votre problématique.</i></p>	45 mn	10
<p>Laurence Carteret 8D, rue Charles Tardy 01000 Bourg en Bresse 06 26 06 08 47 lcarterettherapiebreve@gmail.com</p>	<p>Thérapie brève, systémique et stratégique</p>	<p><i>Faire la paix avec ses émotions (stress invalidant, peur de l'échec, tristesse...)</i></p> <p><i>Apaiser les souffrances relationnelles</i></p>	45 mn	10
<p>Carine Ballet-Bonnet 8D, rue Charles Tardy 01000 Bourg en Bresse 06 72 95 95 73 cbonnet.ballet@gmail.com</p>	<p>Psychothérapie d'orientation analytique en face à face.</p>	<p><i>Démotivation, stress, estime de soi, orientation, sentiment d'isolement ou de solitude, autonomie difficile, perte de repères, burn out, besoin de soutien et/ou de se comprendre.</i></p>	1 h	10

Les thérapeutes du groupe adhèrent à une charte de déontologie commune.

Pour tout renseignement que vous ne trouveriez pas auprès d'un thérapeute : therapeutesunis@gmail.com