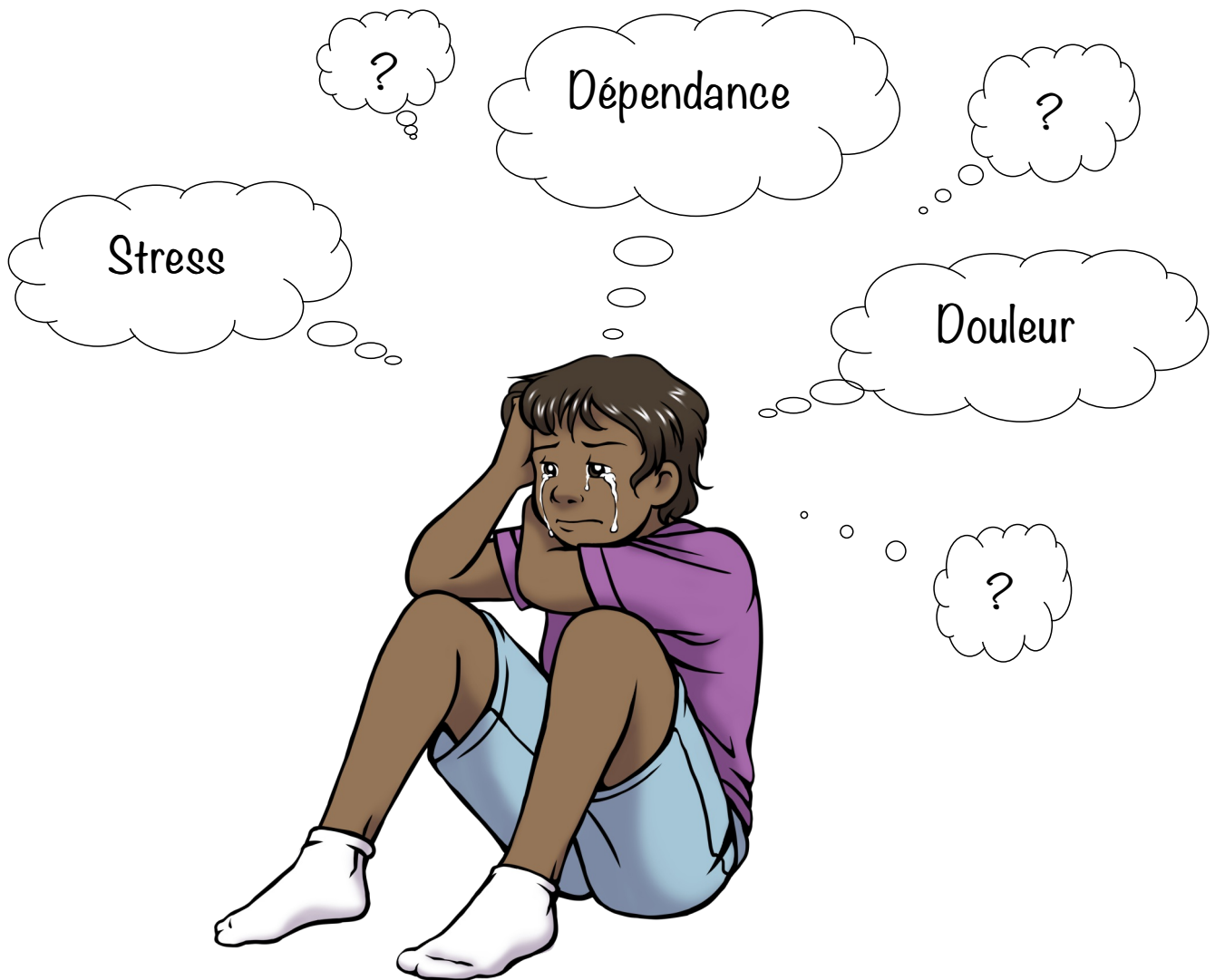


Psychomotricité & Santé mentale



Quand consulter en psychomotricité ?

- ✓ Stress lors des apprentissages scolaires, stress professionnel, hypocondrie
 - ✓ Anxiété généralisée
 - ✓ Troubles du sommeil
 - ✓ Burnout, Dépression
- ✓ Dépendances: cigarette, alcool, nourriture
 - ✓ Traitement de la douleur
 - ✓ Psychosomatique

Que fait-on en psychomot' ?

Le psychomotricien va mettre en avant les capacités et les compétences de son patient dans le but de favoriser l'estime de soi. Il va utiliser de nombreux médias afin d'aider la personne à évoluer au niveau moteur, cognitif, affectif et relationnel.

Ecoute du patient

Repérer les blocages

Mettre des mots sur les maux

Relaxation psychomotrice

Renforcer les ressources personnelles du patient



Qui peut m'aider ?

- ✓ Cabinets privés
- ✓ Centre Hospitalier Neuro-Psychiatrique
- ✓ Centre psycho-thérapeutique Andale

La prise en charge en psychomotricité s'inscrit toujours dans une dynamique pluri-disciplinaire !



Pour plus d'informations, consultez votre médecin traitant ou contactez-nous par mail :
alpd.comite@gmail.com

