



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

**BIEN-ÊTRE : LA THÉRAPIE CRANIO-SACRÉE  
SELON UPLEDGER, UNE APPROCHE TRÈS  
DOUCE QUI FAIT LE LIEN ENTRE LES TENSIONS  
PHYSIQUES ET ÉMOTIONNELLES**



Et si nos douleurs n'étaient que des messages envoyés par notre corps ?

Torticolis, sciatique, migraine, otite, vertige, sinusites, troubles du sommeil, état dépressif, stress, burn-out, séquelles de traumatismes... Autant de douleurs et de blocages qui méritent d'être écoutés et envisagés dans une démarche globale.

Et parfois, le corps se tait. Les personnes vont avoir l'impression d'être coupées de leurs sensations, de leurs besoins. C'est souvent le cas lorsque le vécu est complexe (conflits, difficultés avec soi-même).

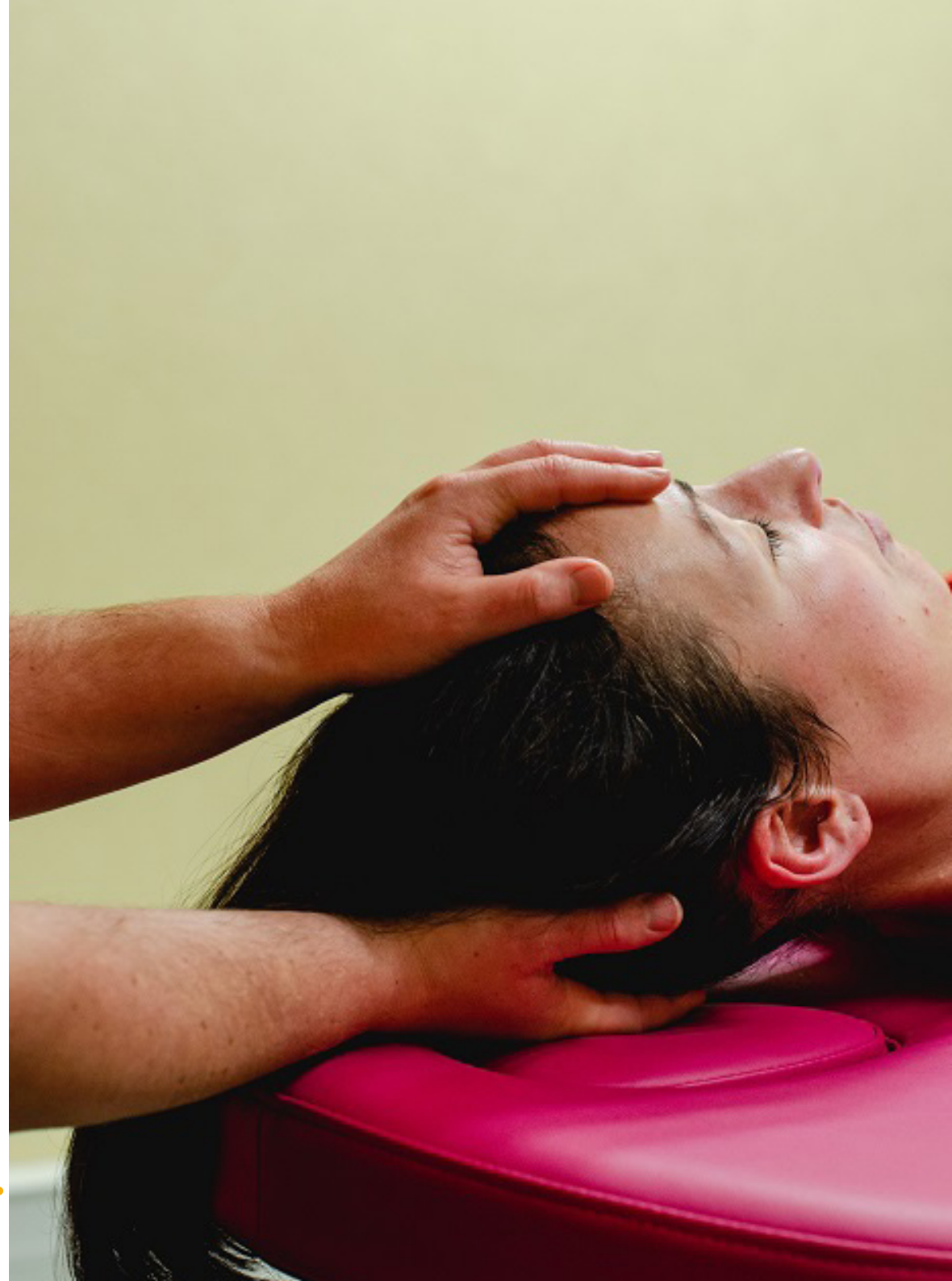
Pourtant, souvent, nous nous contentons d'écouter notre tête. Débordante de souvenirs et de croyances, elle est aussi pleine de ce qu'elle croit savoir à propos des douleurs et des symptômes ressentis.

Expérimenter ce que le corps nous dit permet alors de nous ouvrir à un autre monde de sensations et de connexions.

**La thérapie crano-sacrée Upledger, pratiquée par les membres du [Collectif Français de Thérapie Crano-Sacrée](#), invite à explorer un savoir plus enfoui, plus archaïque en lien avec une partie "plus vaste" de soi.**

En se connectant avec ces ressources insoupçonnées, chacun.e va pouvoir aller à la rencontre de sa mémoire cellulaire.

Il est ainsi possible de résoudre nombre de problématiques de santé liées à la structure du corps, à la régulation du système nerveux central, mais aussi à la mémoire, psychique et émotionnelle.



*« La thérapie crânio-sacrée permet d'aborder l'humain dans toute sa complexité, sans contre-indication d'âge ou de fragilité structurelle. Très respectueuse, elle appréhende le patient à l'instant T, exactement là où il en est. »*

**Fanny Aladenise et Emilie De Gunzbourg, les fondatrices du Collectif Français de Thérapie Cranio-Sacrée**

## LA THÉRAPIE CRANIO SACRÉE UPLEDGER, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le Dr John Upledger est un médecin ostéopathe américain. Au cours des années 70, il s'est passionné pour le système crânio-sacré, déjà découvert et décrit par les pères de l'ostéopathie, A. Still et W. Sutherland.



Le Dr Upledger a analysé précisément les liens entre le corps et l'esprit, afin de les unir dans une communication à la fois physique, énergétique et émotionnelle.

Nous sommes tous un amas d'atomes en vibration. Ces atomes sont si proches les uns des autres que nous sommes matière... et surtout une énergie en mouvement constant.

Si nous ne nous laissons pas traverser par l'instant, il se cristallise en nous, et fige le mouvement des atomes dans une mémoire cellulaire.

Le corps va alors apprendre à fonctionner avec cette mobilité en moins. Il le fera tellement bien qu'on ne sentira plus ce figement, même s'il est toujours présent. Au fil du temps, la fonction va être entravée et les symptômes vont apparaître...

La thérapie crânio-sacrée se base sur le système crânio-sacré. Mais d'où vient ce nom ? Tout simplement du crâne et du sacrum. Qui sont reliés par le liquide céphalo-rachidien qui, comme la sève d'un arbre, va nourrir et donner vie au corps.

Le système crânio-sacré comprend à la fois ce liquide, les méninges (3 membranes qui entourent le cerveau et la moelle épinière), les os auxquels elles s'attachent et toutes les répercussions sur le corps via le système des fascias.

Ces dernières sont des membranes qui enveloppent les structures du corps (os, viscères, ligaments, muscles, cerveau...) et qui les relient entre elles comme un unique filet allant du sommet du crâne au bout des orteils.

*« La méthode thérapeutique d'Upledger est très douce ! Elle prend en compte la personne dans sa globalité et permet de faire un lien entre des tensions physiques et des tensions émotionnelles. »*



# UNE THÉRAPIE HOLISTIQUE QUI ÉVEILLE LA MÉMOIRE

Parce que la santé est un ensemble de régulations et d'équilibre entre le système physique (osseux, tendino-musculaire, nerveux, hormonal...) et le système psycho-émotionnel, cette approche **appréhende l'humain dans son intégralité**.

Le thérapeute repère, grâce à un diagnostic, l'endroit du corps où la mémoire tissulaire a besoin de s'exprimer.

Le contact avec ce lieu va alors :

1. Réveiller l'énergie bloquée, en permettant à la personne de ressentir pleinement ses émotions ;
2. La libérer ;
3. Et par la même, redonner la liberté de mouvement (et sa fonction) à l'organisme.

L'intention du thérapeute n'est pas de corriger une lésion, mais de rester à son contact pour éveiller cette mémoire tissulaire. Par son soutien verbal, **le thérapeute permet ainsi au patient de prendre conscience des émotions vécues et de la source du blocage.**

*« Il s'agit d'inviter le corps à trouver son propre chemin vers un dénouement, de faire confiance en la capacité de l'organisme à s'auto-réguler et s'auto-équilibrer. »*

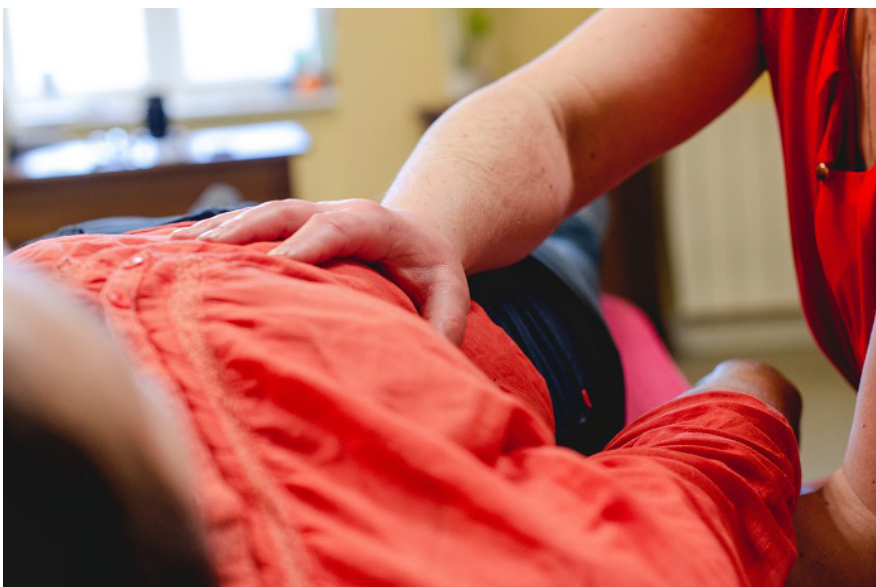


## DES SÉANCES BASÉES SUR UN TRAVAIL CONJOINT ENTRE LE THÉRAPEUTE ET LE PATIENT

C'est la richesse, la qualité des échanges et la confiance entre le thérapeute et son patient qui vont permettre d'améliorer la situation et d'accompagner chaque personne vers un maximum de bien-être.

Ainsi, contrairement aux autres thérapies utilisant le système crano-sacré comme support (ostéopathie crano-sacrée, réflexologie crano-sacrée, kinésiologie crano-sacrée, thérapie crano-sacrée biodynamique...), la méthode Upledger couple toucher et verbalisation.

Le patient rentre ainsi plus précisément dans ses sensations (agréables, désagréables, précises, diffuses, débordantes, inexistantes...) ce qui lui permet de continuer le voyage vers des parts plus enfouies et moins conscientes. La parole facilite le travail d'intégration et de transformation.



### Les (grands) petits plus

#### La Sécurité

Aller visiter ses douleurs peut-être difficile pour le patient.

Le thérapeute offre donc un cadre sécurisant et guide le patient dans ses méandres pour qu'il reste en contact avec sa propre force de vie.

#### La Non-directivité

Dans la notion d'autoréalisation, il y a « auto » ! Ce n'est pas le thérapeute, neutre et objectif, qui sait... Le patient va chercher en lui-même la connaissance et le chemin pour se libérer.

#### L'Auto-responsabilité

C'est dans la prise de conscience structurelle et/ou émotionnelle que le travail se fait. Le patient ressent ce qui se passe, il constate le "ici et maintenant" et peut choisir un fonctionnement différent.



## À PROPOS DES FONDATRICES

À l'origine du Collectif Français de Thérapie Cranio-Sacrée, il y a Fanny et Emilie, deux passionnées qui souhaitent démocratiser l'accès à cette méthode. Avec un objectif : aider le grand public à se saisir de cet outil quand il en éprouve le besoin.

Le collectif a aussi pour ambition de lancer une école Upledger en France, car actuellement les professionnels du soin doivent aller jusqu'en Belgique ou en Suisse pour se former.

### Fanny Aladenise

*« C'est magnifique d'accompagner les gens à se libérer que ce soit de problèmes structurels et/ou émotionnels ; pour qu'ils puissent avancer dans la vie. Je prends beaucoup de plaisir à accompagner qui le souhaite à se reconnecter à Soi, de redevenir qui il est. »*

Diplômée de Masso-kinésithérapie en 2005, Fanny a réalisé au fil du temps que cette discipline ne lui permettait pas d'aller au fond des choses avec les patients, c'est-à-dire jusqu'à la cause de leur souffrance.

Elle a donc reçu avec honneur la formation de Thérapie Cranio Sacrée selon Upledger de 2013 à 2017. Cette approche lui permet d'accompagner le consultant à aller chercher à l'intérieur de lui les raisons de son problème.

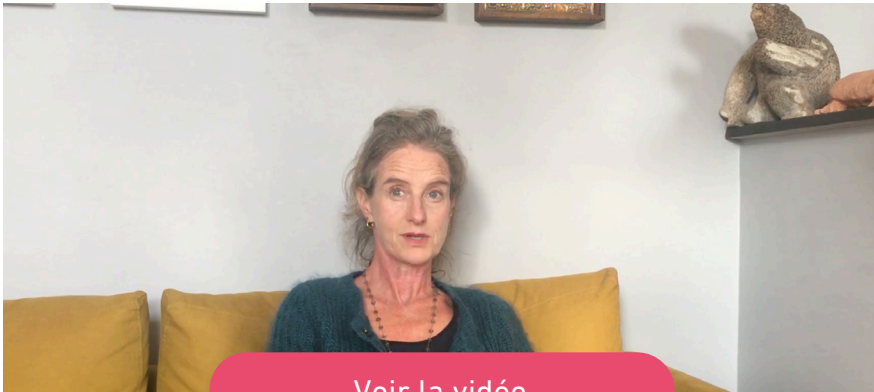
Son cabinet est basé à Duerne (69850)

[www.harmonyz.fr](http://www.harmonyz.fr)

06 20 72 94 27



## Emilie de Gunzbourg



Voir la vidéo

*« J'aborde aujourd'hui mon métier avec plusieurs savoirs, en partant toujours de la structure du corps qui est pour moi le premier espace de sécurité. »*

Emilie a commencé par faire du Shiatsu. Elle a très vite pris conscience qu'en touchant le corps des patients, elle sentait un rythme subtil et bien présent qui s'est avéré être le rythme crano-sacré.

C'est donc tout naturellement qu'elle s'est dirigée vers cette spécialité. Cela a été une découverte magnifique de partir de la structure du corps pour élargir l'appréhension à la mémoire des tissus et à la dimension psycho émotionnelle.

Après avoir obtenu son diplôme en 2017, les premiers patients qu'elle rencontre présentent souvent des symptômes post-traumatiques. Emilie s'intéresse alors à ces troubles et aux thérapies telles que la « somatique experienting » ou le « TRE » qui s'attachent à la régulation du système nerveux.

Parallèlement, frappée par les signes de transe légère de nombreux patients pendant les séances, elle se forme et obtient son diplôme d'Hypnose Ericksonienne transpersonnelle.

Le cabinet d'Emilie est situé à Paris 75013  
[www.therapiecraniosacree.com](http://www.therapiecraniosacree.com)  
06 17 80 46 77

## POUR EN SAVOIR PLUS

 [Site web](#)



**La méthode Upledger :**

[L'école belge](#)

[Le site international](#)

## CONTACT PRESSE

 Fanny Aladenise

 [fanny.aladenise@outlook.fr](mailto:fanny.aladenise@outlook.fr)

 06 20 72 94 27

 Emilie De Gunzbourg

 [emilie.gunzbourg@gmail.com](mailto:emilie.gunzbourg@gmail.com)

 06 17 80 46 77