



# La kinésiologie, c'est quoi ?



Moissy-Cramayel, mardi, Sarah Alimondo, kinésiologue, préside le syndicat national de sa profession depuis 2014. Selon elle, « la kinésiologie ne soigne pas, au sens médical, mais elle prend soin des gens ».

## LIEUSAIN

PAR MARINE LEGRAND

**ET SI** vous découvriez la kinésiologie ? C'est ce que propose le centre social de Lieusaint, demain matin, à travers un atelier de présentation gratuit et ouvert à tous. Cette profession mal connue, destinée à traiter de nombreux problèmes, se fédère autour d'un syndicat national présidé par Sarah Alimondo, kinésiologue à Moissy-Cramayel.

### ■ KINÉSIOLOGIE, KÉSAKO ?

« Il s'agit d'une technique psychocorporelle, tirant ses origines de la chiropraxie et l'ostéopathie, utilisant les principes de circulation énergétique de la médecine chinoise. Elle s'appuie sur la tonicité des muscles pour identifier le stress, les charges émotionnelles non évacuées..., ex-

plique Sarah Alimondo. La kinésiologie ne soigne pas, au sens médical, mais elle prend soin des gens. »

### ■ A QUI S'ADRESSE-T-ELLE ?

A tout le monde, du bébé au senior en passant par l'adolescent. Les motifs de consultation sont larges : difficultés scolaires, prise de poids, burn-out... « Je constate aussi que l'on reçoit des femmes en majorité », précise Sarah Alimondo.

### ■ COMMENT FONCTIONNE-T-ELLE ?

« La séance s'articule autour d'entretiens, de « rééquilibrage » par acupressions, stimulation de points réflexes, mouvements physiques, oculaires, etc. On travaille par objectifs à atteindre », explique la kinésiologue. Compter en moyenne trois ou quatre séances d'1 heure à 1 h 30, espacées d'un mois à un mois et demi. « Ce n'est pas une technique miraculeuse. La kinésiologue donne des

outils à la personne pour faire face à une situation. »

### ■ OÙ TROUVER UN BON PRATICIEN ?

Se référer aux adhérents du Syndicat national des kinésiologues (SNK) est un bon critère. L'organisme impose à ses membres d'avoir suivi une formation d'au moins 600 heures, d'avoir transmis son casier judiciaire, d'avoir un numéro de Siret, une assurance professionnelle...

### ■ COMBIEN ÇA COÛTE ?

En moyenne 80 €. Un prix variable selon les praticiens et les régions. Il n'est pas remboursé par la sécurité sociale mais en partie par certaines mutuelles.

■ Demain, de 10 h 30 à midi, au centre social de Lieusaint, 48, rue de Paris. Gratuit. Séance animée par une kinésiologue de l'Essonne. Sur inscription : 01.60.60.13.68.