



# Présentation de l'association Atelier Réflexe d'Apprendre

Association ARA - [associationara69@gmail.com](mailto:associationara69@gmail.com)  
12 Chemin de la Blanchisserie, 69250 Neuville-sur-Saône

# L'objet de l'association

L'association ARA est une association à but non lucratif, fondée par des professionnelles qui s'intéressent aux troubles des apprentissages, mais aussi aux troubles:

- du développement psychomoteur;
- du comportement émotionnel;
- de la posture;
- de la mémorisation.



# Notre projet

Nous sommes un réseau d'accompagnants, prêts à travailler main dans la main, au service du mieux-être, pour accompagner les personnes à se réaliser, à entreprendre et à se sentir mieux dans leur corps.

L'association ARA est aussi un lieu de diffusion d'information afin que chacun puisse débattre et enrichir ses connaissances sur des domaines variés tels que:

- La pédagogie;
- Les troubles du développement moteur ou cognitif;
- L'ergonomie;
- Le développement personnel;
- etc.



**Le but** : Mieux appréhender et comprendre les difficultés rencontrées autour des troubles des apprentissages

# A qui s'adresse l'association?



## ENFANTS

Accompagnement personnalisé dans les domaines de l'apprentissage et du développement

Aide administrative notamment liée à la MDPH



## ADOLESCENTS

Retrouver un équilibre dans cette période de bouleversement psychique, morphologique et émotionnel

Etre accompagné dans son orientation scolaire et/ou professionnelle

Reprendre confiance en soi

Ré-ouvrir le dialogue avec les parents



## ADULTES

Retrouver un nouveau souffle et une dynamique dans son parcours de vie, autant professionnel que personnel

Gagner en estime de soi et se reconnecter à ses besoins



## SÉNIORS

Travailler sa mémorisation, sa conscience de soi pour gagner en qualité de vie

Stimulation des fonctions cognitives et motrices

# Les champs d'action de l'association



## ÉVÈNEMENTS

Par le biais de ces actions, nous développons l'entraide, la solidarité et permettons à chaque adhérent de prendre du plaisir à apprendre. C'est pour cette raison que nous mettons en place des évènements à but pédagogique, informatif et récréatif sous différents formats :

**Conférences / Ateliers**  
**Stages**  
**Écoutes plurielles**

## ACCOMPAGNEMENTS PLURIDISCIPLINAIRES



La richesse des accompagnements vient de la complémentarité de différentes disciplines (profession médicale, paramédicale, éducationnelle et alternative). C'est pourquoi l'association met en place des accompagnements pluridisciplinaires pour :

**Agir en équipe pour mieux accompagner**  
**Apporter du dialogue et du sens, en tenant compte des questionnements, des inquiétudes, des besoins**



## ACTIONS SOLIDAIRES

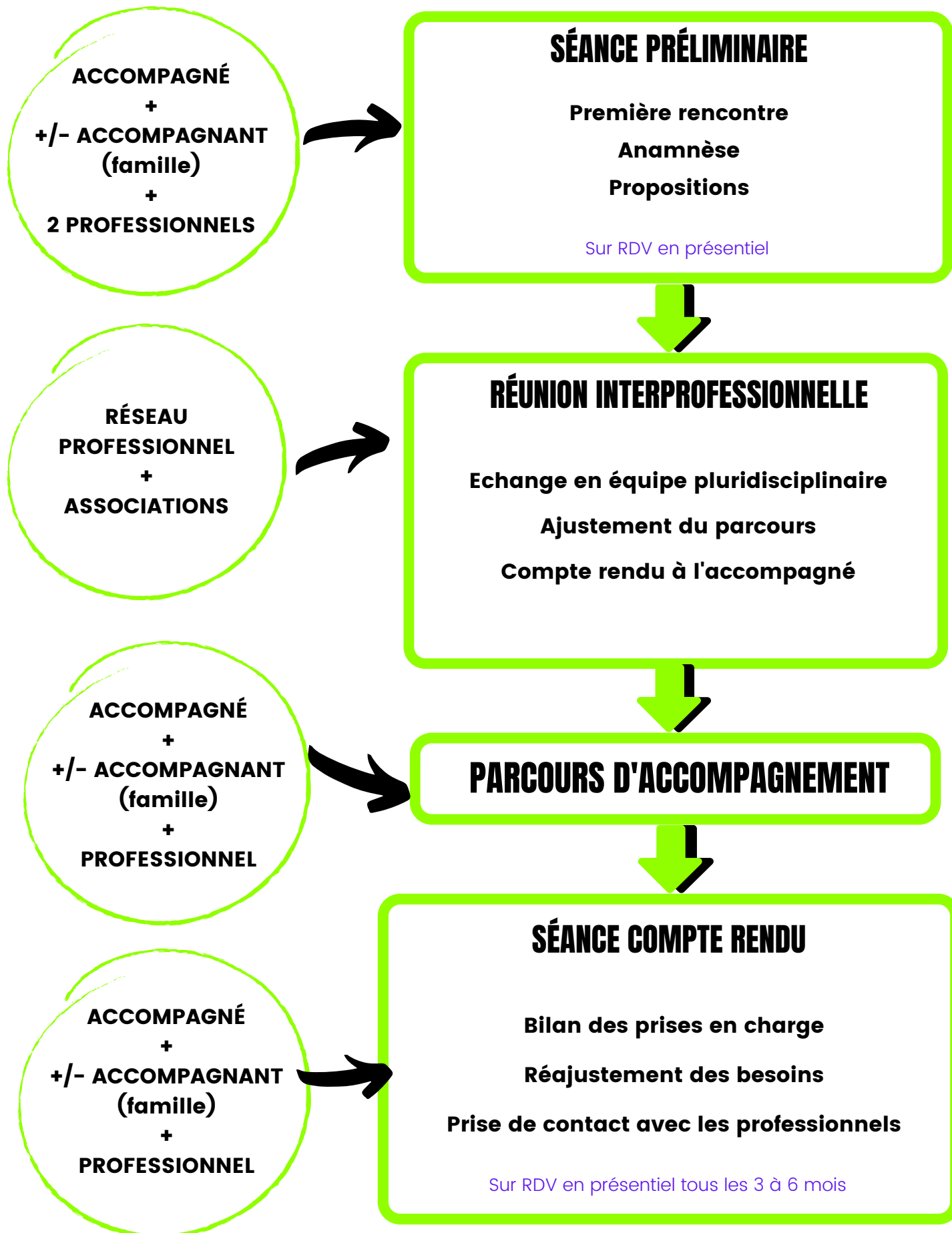
Conscient que le coût des accompagnements et que la charge administrative peuvent être un frein pour certains, l'association ARA a pour objectif de mettre en place plusieurs actions solidaires :

**Un fond de solidarité**  
**Une aide administrative notamment liée à la MDPH**

# L'accompagnement pluridisciplinaire

## ACTEURS

## DÉROULEMENT



# Nos valeurs



## RESPECT ET BIENVEILLANCE

### ÉCHANGE :

- Entre professionnels / travail en équipe
- Accompagnant / accompagné

### ÉCOUTE :

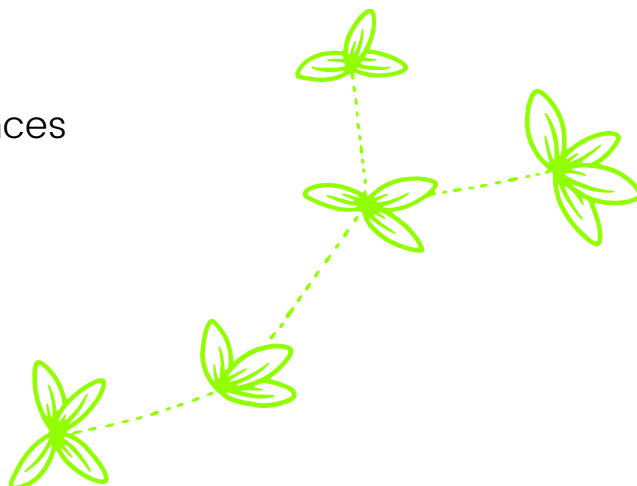
- Des attentes / besoins
- Des enjeux / difficultés / freins qu'impliquent les troubles des apprentissages

### CURIOSITÉ :

- Enrichir ses connaissances au sujet des troubles des apprentissages

### PARTAGE :

- Savoirs / Connaissances / Expériences



# Les membres fondatrices de l'association



**Blandine PILLONNET**

Dyscoach – Educatrice Réflexes



**Charlotte GRENIER**

Hypnothérapeute  
Analyste et éducatrice  
en mouvement réflexes



**Marine DAUGAS**

Ostéopathe D.O



**Anne FIALEIX**

Psychopédagogue

# Bureau 2022 de l'association ARA



**Charlotte GRENIER**

**Présidente**

charlottegrenier.rmti@gmail.com



**Blandine PILLONNET**

**Vice Présidente**

blandine.pillonnet@gmail.com



**Hélène SROCZYNSKI**

**Secrétaire**

evdsaone@gmail.com



**Valérie PICCARDI**

**Trésorière adjointe**

valeriepiccardi@gmail.com

**Amadeu DO REGO**

**Trésorier**

amad@neuf.fr

# L'association ARA vous propose



## ERGOTHÉRAPIE

L'ergothérapeute est un professionnel de santé exerçant dans les champs sanitaire, médico-social et social. C'est un spécialiste du rapport entre l'activité (ou occupation en lien avec la terminologie internationale désignant l'ergothérapie) et la santé, il mène des actions d'une part pour prévenir et modifier les activités délétères pour la santé, et d'autre part pour assurer l'accès des individus aux occupations qu'ils veulent ou doivent faire et rendre possible leur accomplissement de façon sécurisée, autonome, indépendante et efficace.

## OSTÉOPATHIE

L'ostéopathie permet la restauration de la mobilité corporelle perdue sous l'action des contraintes physiques et psychologique que nous subissons au quotidien, la restauration de l'équilibre global du corps (meilleure posture, meilleur mécanique viscéral, etc.)

Elle donne la possibilité de lutter plus efficacement contre la fatigue, le stress, la nervosité et de favoriser la concentration.

L'ostéopathie apporte un bien-être global.

## NATUROPATHIE

La Naturopathie consiste à agir sur les causes des troubles (TDAH, DYS..., hyperactivité, douleur, anxiété, stress, insomnie, troubles alimentaires, douleurs, etc.) par une prise en charge globale de la personne (plan physique, mental et émotionnel). Un programme personnalisé complet sera proposé s'appuyant sur des outils naturels et variés: hygiène de vie (équilibre alimentaire, exercice physique, sommeil), micronutrition, phytothérapie, fleurs de Bach, aromathérapie, et de nombreuses autres techniques complémentaires.

Un accompagnement qui vous permettra de devenir acteur de votre mieux-être durablement.

# L'association ARA vous propose



## ORTHOPHONISTE

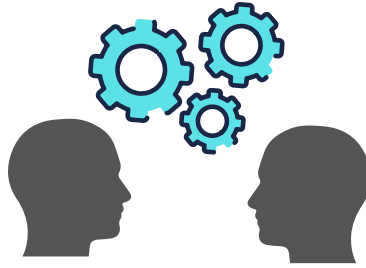
L'orthophonie est une profession de santé qui consiste à prévenir, à évaluer et à traiter les difficultés ou troubles liés au langage oral et écrit et de la communication, des fonctions oro-myofaciales ou encore des autres activités cognitives (dont celles liés à la phonation, à la parole, au langage oral et écrit, à la cognition mathématique).

Elle permettra également de maintenir les fonctions de communication et de l'oralité dans les pathologies dégénératives et neuro-dégénératives, ou de développer d'autres formes de communication non verbale permettant de compléter ou de suppléer les fonctions verbales.

## DIÉTÉTIQUE

Le rôle du Diététicien est de transmettre des conseils diététiques individuels et adaptés aux besoins de la personne en demande. En cas de troubles de santé ou troubles du comportement alimentaire, il apportera aussi un rôle d'éducateur sur les bonnes pratiques.

Après bilan complet (hygiène de vie, son sexe, son âge, sa taille et son mode de vie), le Diététicien propose un programme et un suivi personnalisé en diététique.



## HYPNOTHÉRAPIE

L'hypnose thérapeutique est un moyen d'accès à nos capacités naturelles. Cette méthode peut être bénéfique autant aux adultes qu'aux enfants, dans bien des cas (troubles anxieux, troubles du sommeil, énurésie, etc) A moins que les troubles relèvent de la psychiatrie et d'institutions spécialisées, il n'y a pas de contre-indications à être accompagné via l'hypnose thérapeutique dans les domaines de la santé, de la qualité de vie, ou du développement personnel.

## ART THÉRAPIE

L'art thérapie, c'est mettre l'activité créative au service d'un mieux être ou d'une résilience. L'artefact devient support thérapeutique et sert notamment des objectifs d'apprentissage : se concentrer, focaliser son attention, développer la motricité fine, intégrer les consignes, travailler en groupe, etc. L'art thérapie c'est créer pour aller mieux : tisser pour renouer des liens avec les autres ou en soi, retrouver le fil de son histoire, coller pour reconstruire son identité, toucher la terre et la modeler pour développer le développement sensoriel, gribouiller pour se concentrer et faire jaillir sa force créative, se raconter pour donner du sens, etc.

## SOPHROLOGIE

La sophrologie c'est favoriser la rencontre pour accueillir l'autre et l'accompagner à se regarder avec bienveillance et en toute sécurité. Cet accompagnement donne la possibilité d'être acteurs de sa propre vie et d'aller vers un mieux-être à son rythme.

## PSYCHOLOGIE CLINIQUE

Ce professionnel de la santé mentale est à l'écoute, explique et traite les troubles et les difficultés rencontrées par son consultant. Le psychologue clinicien propose ensuite une thérapie adaptée à son besoin.



## COACHING PROFESSIONNEL

Le coaching professionnel vous donne la possibilité d'être accompagné dans vos transitions professionnelles, individuellement par la PNL (Programmation Neuro Linguistique) ou en groupe par du co-développement.

La PNL (relevant des thérapies brèves), vous donne la possibilité d'être accompagné pour des problèmes de la vie courante tels que : la rupture, le deuil, la préparation à un examen, les échecs, etc.

## PÉDAGOGIE DE PLEINE CONSCIENCE

La pédagogie de pleine conscience est une méthode permettant de reconnaître les différents profils d'apprentissages et de donner du sens aux apprentissages en fonction de son profil.

Cette méthode regroupe des techniques de métacognition (apprendre à sa façon grâce à ses capacités personnelles), d'analyse verbale (mettre du sens grâce à la mise en place de liens qui amènent à la réflexion) et de remédiation cognitive (apprendre de nouvelles stratégies d'apprentissage).

Cette méthode s'appuie des dernières découvertes en neuroscience.

## ORTHOPÉDAGOGIE

L'orthopédagogue évalue et accompagne l'apprenant en mettant en place des stratégies personnalisées pour dépasser ses difficultés scolaires ou compenser ses troubles d'apprentissage en s'appuyant sur son potentiel. Son intervention est individualisée et adaptée à un large public : enfants, adolescents, adultes. La remédiation s'appuie sur les neurosciences, sur l'observation et les dialogues pédagogiques, qui permettent de faire prendre conscience à l'apprenant de son mode de fonctionnement, et des méthodes qu'il doit développer pour réussir. L'orthopédagogie permet de retrouver du sens et du plaisir dans les apprentissages.

## AIDE AU DEVOIR

Ces professionnels spécialistes de l'enfant et de l'éducation apportent un soutien à l'organisation et à la réalisation des devoirs aux enfants ayant des troubles de l'apprentissage.



## INTÉGRATION DES RÉFLEXES ARCHAÏQUES

L'intégration des R.A est une méthode d'accompagnement fondées sur des stimulations sensorielles (tactile, proprioceptive, vestibulaire, visuelle et auditive) et sur un programme de mouvements spécifiques permettant de réapprendre et réintégrer progressivement les bases des réflexes archaïques. Elle a pour objectif de relier les différentes parties du cerveau lorsque les connexions n'ont pas été établies au bon moment, d'accéder à tout son potentiel en établissant les bases neurologiques et d'améliorer son bien-être.

## RÉFLEXOLOGIE CORPORELLE

La réflexologie corporelle (intégrant la réflexologie plantaire) est une médecine douce qui vise à rééquilibrer les fonctions naturelles du corps grâce à sa capacité d'autorégulation. Pour cela les zones reflexes (méridiens et nœuds énergétiques) du corps sont stimulées par acupression.

Dans le cadre de l'accompagnement des troubles des apprentissages, la réflexologie intervient dans le dépassement des figements émotionnels permettant d'aller plus loin et plus rapidement dans l'accompagnement de la personne vers son objectif.

## RÉFLEXOLOGIE

Le réflexologue est un professionnel de la relation d'aide et de la gestion du stress. Il favorise le processus d'auto-régularisation par un toucher spécifique des zones réflexes et des points de méridiens, en s'appuyant sur des fondements neuro-végétatifs et de circulation des fluides.

# Annuaire des professionnels

**Blandine PILLONNET** – Dyscoach / Educatrice Réflexes

06 42 65 14 60  
dyscoach.com

blandine.pillonnet@gmail.com

**Charlotte GRENIER** – Analyste et Educatrice en mouvement réflexe  
Hypnothérapeute

06 12 04 64 31

charlottegrenier.rmti@gmail.com

**Marine DAUGAS** – Ostéopathe D.O

06 33 82 26 00  
mdosteolyon.com

marine.daugas@gmail.com

**Hélène SROCZYNSKI** – Ergothérapeute

06 60 54 50 29

evdsaone@gmail.com

**Anne FIALEIX** – Psychopédagogue

06 71 07 62 18  
anne-fialeix.fr

annefial@yahoo.fr

**Catherine BERAUD** – Orthopédagogue

07 80 96 83 90

cathberaud69@gmail.com

**Géraldine de RODEZ** – Réflexologue

06 88 82 53 15  
1001reflexologies.com

c.lepied@yahoo.com

**Nathalie SERRE** – Réflexologue corporelle

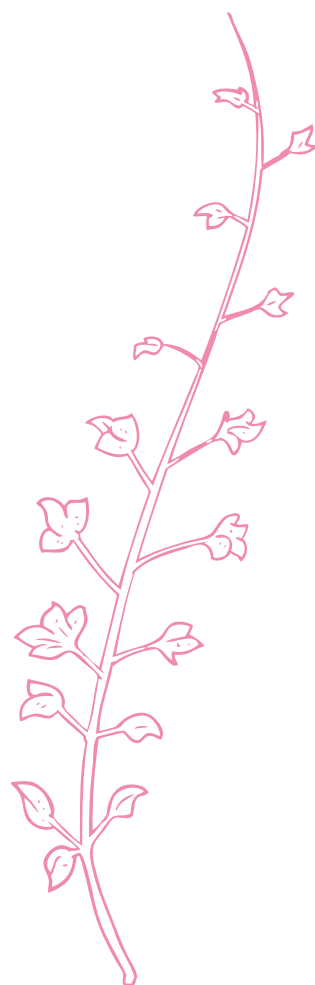
06 17 04 84 51  
nathalieserre.fr

info@nathalieserre.fr

**Géraldine Carrier** – Psychologue clinicienne spécialiste de l'enfant

07 49 65 40 50

gc.psychologue@free.fr



# Annuaire des professionnels

**Sandrine WESTRELIN** - Naturopathe

06 88 48 66 14      contact@lereflexenaturro.fr  
lereflexenaturro.fr

**Gaëlle SAUVIGNET** - Sophrologue

06 32 16 76 25      gaelle.sophrorelax@gmail.com

**Céline PERRIER** - Coach professionnel

06 12 05 15 32      celine.p@cep-coaching.fr  
cep-coaching.fr

**Florence MELE** - Consultante Psychosociale

06 26 85 83 55      florence-mele@yahoo.fr

**Olivia ROUSSET** - Art thérapeute

06 70 52 13 76      oliviarousset2@gmail.com  
scarabosse.wordpress.com

**Valérie PICCARDI** - Massage réflexes des tissus conjonctifs,  
Professeur de danse, Olfactologue, Magnétiseuse, Energéticienne, soin  
psycho-énergétique, méditation,

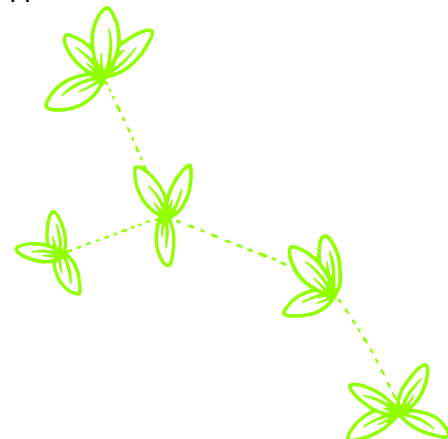
06 60 53 97 60      valeriepiccardi@gmail.com  
valeriepiccardi.fr

**Marianne LACLAUTRE** - Orthophoniste, Coach parental, Ateliers Filliozat

06 74 93 04 49      familleequilibre.ml@gmail.com

**Amélie Faysse** - Diététicienne, aide aux devoirs

06 03 05 30 36      afaysse@sfr.fr



# Notre réseau

## Regard Psy

**Bilans et accompagnements Psychologiques et Neuropsychologiques**

17 Rue Philippe de Lassalle, 69004 Lyon

04 78 27 91 72      [regardspsy.com](http://regardspsy.com)

## Danièle Leval - Orthophoniste

60 Rue François Peissel, 69300 Caluire-et-Cuire

06 08 48 85 36

## Giovannone Virginie - Orthoptiste

13 Rue Pierre Dugelay, 69250 Neuville-sur-Saône

06 81 46 11 16

## Pôle santé Neuville

**Regroupement Psychologue clinicienne, Orthophoniste, Ostéopathe  
D.O, Diététicienne nutritionniste**

25 Rue Victor Hugo 69250 Neuville-sur-Saône

[paramedical-neuville@gmail.com](mailto:paramedical-neuville@gmail.com)

## Dystinguons-nous

[dystinguons.nous@gmail.com](mailto:dystinguons.nous@gmail.com)

[dystinguonsnous.com](http://dystinguonsnous.com)

## AtoutDys

[contact@atoutdys.org](mailto:contact@atoutdys.org)

[atoutdys.org](http://atoutdys.org)

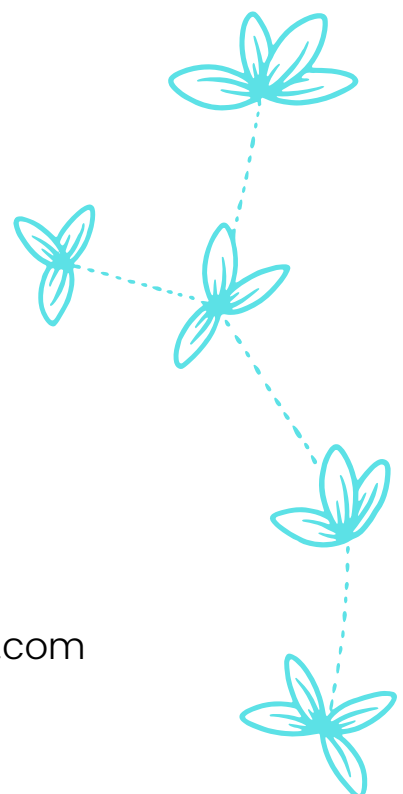
## Olivier Linard

Concepteur de site internet (OLUGDI)

[lugdi.net](http://lugdi.net)

06 29 54 31 33

[olivier.linard@gmail.com](mailto:olivier.linard@gmail.com)



# Les évènements de l'association

## NOS ATELIERS



### LUDIPAUSE

S'amuser tout en apprenant

1 mercredi / mois  
14h/18h



### ART THÉRAPIE

Exprimer ses émotions  
et ses ressentis

Tous les mercredis  
9h/12h



### MASSAGE

Temps de partage  
Parent / Enfant

1 Samedi / mois  
14h/18h



### REFLEXOLOGIE

Soulager son enfant



### DANSE

Prise de conscience du corps  
pour exprimer ses émotions



### GUIDANCE PARENTALE

Entraide créative

1 Samedi / mois  
10h/11h30

# Les évènements de l'association

## LES SEMAINES ARA



### **VACANCES ARA JUNIORS**

**S'amuser, se détendre, apprendre**

Pendant les vacances scolaires



### **5 JOURS ARA SÉNIORS**

**S'amuser, se détendre, apprendre**

Pour la semaine bleue (octobre)

# Les évènements de l'association

## NOS CONFÉRENCES

### INFORMATIONS TROUBLES DES APPRENTISSAGES

Les troubles Dys et TDAH concernent plus de 10 % de la population, ils représentent plus de 80 % des Troubles du Neuro-Développement (TND). Malgré une meilleure connaissance de ces troubles, il persiste encore beaucoup de méconnaissances autour des Dys que ce soit dans le milieu scolaire et professionnel, entraînant bien souvent de nombreuses souffrances, difficultés d'apprentissage, démotivation, dévalorisation personnelle, etc.

L'association a donc pour objectif de vous aider à mieux comprendre les troubles des apprentissages ainsi que leurs impacts dans la vie quotidienne. C'est pourquoi nous vous proposons des conférences informatives autour des différents troubles des apprentissages.

### INFORMATION ACCOMPAGNEMENTS ARA

Notre association regroupe de multiples professions, dont certaines sont encore peu connues en France.

Afin de vous permettre de découvrir leur accompagnement, les professionnels de l'association vous proposent des conférences informatives sur leur accompagnement en lien avec les difficultés scolaires et les troubles des apprentissages.

**RETROUVEZ TOUTES NOS DATES D'ÉVÈNEMENTS  
SUR LE SITE DE L'ASSOCIATION :  
[ASSOCIATIONARA.COM](http://ASSOCIATIONARA.COM)**

**INSCRIPTION SUR HELLOASSO :**



# Devenir membre de l'association

## Membres Adhérents



### Pour qui?

Toutes personnes



### Avantages

- 35 % de Remise sur tous les évènements de l'association
- Accès accompagnement pluridisciplinaire
- Aides dossier MDPH



### Cotisation

Individuel : 35 € / An  
Famille : 55€ / An

## Membres Actifs



### Pour qui?

Praticien, thérapeute, éducateur, professionnel de santé



### Avantages

- Faire partie d'une équipe et d'un réseau professionnel
- Location des locaux ARA
- Mise à disposition d'une salle pour vos évènements
- Visibilité sur notre site web



### Cotisation

Individuel : 35 € / An

## Membres Ressources



### Pour qui?

Praticien, thérapeute, éducateur, professionnel de santé



### Avantages

- Faire partie d'un réseau professionnel
- Location des locaux ARA
- Visibilité sur notre site web



### Cotisation

Individuel : 35€ / An