



# Mon parcours de vie...

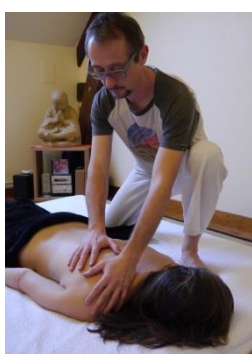
## Ressources Humaines



J'ai travaillé pendant une vingtaine d'années en tant que responsable du personnel dans l'industrie photographique et le BTP. J'ai cumulé la charge de responsable de la sécurité durant 11 ans dans le secteur du BTP. Parmi mes missions, j'ai accompagné de nombreux jeunes en apprentissage, animé des réunions d'information, des réunions sur la sécurité au travail, géré des plans de formation.

## Activités

Je pratique le Karaté-do depuis 23 ans dans le style Shotokan Ohshima et le yoga depuis plusieurs années. J'ai pratiqué l'alpinisme pendant une quinzaine d'année et je continue de pratiquer les sports d'endurance tels que la marche, la course à pied et le ski de fond de randonnée hors-piste. Ces activités m'ont amené à comprendre à quel point il était important de connaître son corps, d'en prendre soin, de l'écouter et de le respecter.



## Formation en techniques corporelles

Je suis certifié en qualité de :

- Praticien de Massages Bien-Être agréé FFMBE
- Praticien en techniques de toucher : Massage Californien, Relaxation Coréenne, Shiatsu de détente, Réflexologie Plantaire.

Aujourd'hui, je continue de me former dans l'accompagnement et le toucher psychocorporel, je termine un cursus de 4 années à l'école de La Relation d'Aide par le Toucher.

Je suis également en deuxième année d'un cursus de 4 ans de praticien en Shiatsu agréé par la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel.

François Hinsinger - 12 rue des Petites Bordes - 36400 La Châtre - 06 82 30 73 23  
www.unmomentpourseposer.fr - SIRET : 834 417 511 00013 - Code APE : 9604Z

