



**Anne - Laure GUINOT – 07 69 97 24 48**  
**yogapleineconsciencelarochelle.com**  
**contact@yogapleineconsciencelarochelle.com**

## DIPLÔMES

- **Maîtrise de Psychologie** clinique, parcours **Psychothérapies** à l'Institut d'Etudes à Distance (IED), Univ Paris VIII (2018)
- Diplôme de **Professeur de Yoga**, Ecole Française de Yoga (EFY) de Paris (2013)
- Diplôme d'**Educatrice Montessori** « 3-6 ans », ISMM (Institut Supérieur Maria Montessori), Paris (2010-11)
- **Maîtrise de Philosophie contemporaine** (mention A.Bien), la Sorbonne, Paris I, un semestre à **Roma II** (2007)
- **Maîtrise de Géopolitique** (mention Bien) à l'Institut Français de Géopolitique (IFG), Université Paris VIII, (2005)
- **Classes préparatoires littéraires** hypokhâgne & khâgne, Nancy / Metz (1995-97)

## YOGA

- **Professeur de yoga** à l'Hôpital de La Rochelle depuis 2016
- **Cours collectifs et individuels** à Paris puis à La Rochelle (depuis 2010)
- Formation de Professeur de Yoga à l'**Ecole Française de Yoga de Paris** (2008-13)  
900 h de formation, certifiée **FFP** et **ISQ**
- **Techniques de Yoga dans l'Education**  
formation au RYE (Recherche du Yoga dans l'Education) fondé par M. FLAK, Paris (2012-13)
- **Yoga adapté aux enfants et adolescents ayant des besoins éducatifs particuliers** par L.SCHEIBLING, enseignante spécialisée dans le handicap mental, coordinatrice ULIS, responsable d'une Unité Pédagogique d'Intégration, Lille (2012)

## PLEINE CONSCIENCE (MINDFULNESS)

- **Animation de cycle MBSR** (Mindfulness-Based Stress Reduction) ou Réduction du stress basée sur la pleine conscience à La Rochelle
- **Animation d'un atelier régulier de pleine conscience** à l'Hôpital de La Rochelle depuis 2018 pour les patients et le personnel
- **Les outils de la pleine conscience**, Séminaire / retraite avec J.G.BLOCH (rhumatologue responsable du Diplôme universitaire « Médecine, méditation et neurosciences » à l'Université de Strasbourg), G.HAMELET, M.A. PRATILI, Association pour le Développement de la Mindfulness, 2016
- **Instructrice MBSR** en cours de certification à l'IMA (Institut Institute for Mindfulness-Based Approaches)

## FORMATIONS PSYCHOLOGIE & PSYCHOTHERAPIE

- **Psychologue clinicienne stagiaire** dans des institutions en lien avec les addictions, la psychiatrie et la protection de l'enfance (1 200 h de stage encadrés par une psychologue clinicienne), (2013-2019)
- formée à l'**Ecole de Psychogénéalogie clinique Anne Ancelin Schützenberger** (Ecole des Psychologues Praticiens)
- Performance et addiction ; la place du corps dans la clinique addictologique ; **psycho-traumatisme et addictions** : journées d'étude organisées par l'APCP (Association des Professionnels des CSAPA de Poitou-Charentes), (2017- 2019)
- **Clinique de l'attachement** ; Observation du bébé, A. LE NESTOUR : cycle de conférences organisé par l'Association des équipes de psychiatrie infantile de la région Poitou-Charentes (2018)
- Certification à la cotation de **l'Adult Attachment Interview (AAI)** de Mary Main (2016-17)  
L'utilisation clinique de **l'AAI** et de **l'Attachment Story Completion Task (ASCT)** de Bretherton (2016)  
Workshop animé par Pr Susana TERENO (Paris Descartes),  
sous la direction du Pr Antoine **GUEDENEY**, Directeur de service du secteur de psychiatrie infanto-juvénile de Paris
- **Les addictions**, 6<sup>ème</sup> journée universitaire inter-régionale d'addictologie Poitou-Charentes Centre et Limousin, sous la présidence du Pr N. JAAFARI, du Pr O.COTTENCIN, du Pr J.P NEAU, du Pr M.PACCALN, Poitiers (2016)
- **Le dessin** moyen d'expression et outil de diagnostic, *Ecole de Psychologues Praticiens*, Paris (2012)
- **Groupe thérapeutique** à l'*EPG (Ecole Parisienne de Gestalt)*  
*Ecritures créatives*, avec M.PERIOU (2013) ; *Corps et Eau*, avec E. LECHNER et M. MARTIN (2012)
- Atelier « *Au cœur du corps, se libérer de la cuirasse parentale* » animé par ML.LABONTE, Paris (2009)

## AUTRES EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

- **Directrice pédagogique** d'une école maternelle et primaire Montessori (2012-13)
- Educatrice Montessori d'une classe de 6-11 ans (2012-13)
- **Educatrice individuelle d'un enfant de 8 ans porteur de handicap** scolarisé dans une école Montessori (2011-12)
- Formation à **l'accompagnement des personnes en fin de vie** (2007-08)  
animée par Dr C. BLANC et son équipe, Association Tonglen (Ecoé), Montpellier
- Ecoutante au sein d'une **EMSP (Equipe Mobile de Soins Palliatifs)**  
sous la direction du Dr A. ABEL, Hôpital Ambroise Paré, Boulogne (2012)
- **12 ans dans le secteur audiovisuel** en France et à l'étranger sur des tournages de fictions, publicités, shooting photo et films documentaires (1998 – 2010) aux postes d'assistante de production, régisseur adjoint, assistante mise en scène, assistante caméra, photographe de plateau.
- **Journalisme** : rédaction d'articles dans *l'Est Républicain* et *le Républicain Lorrain* (1996)

## DIVERS

- Anglais et italien courants, notions d'allemand
- Pratique régulière de **danse** modern'jazz et contemporaine (depuis 1999) et d'ateliers d'**écriture** (depuis 2004)
- Etude de la langue et civilisation tibétaine à l'Institut National des Langues et Civilisations Orientales (**INALCO**) (2007)