

 <p><i>Céline Richou Yoga</i></p>	<p>16, rue Clémenceau 59830 BOURGHELLES Tél. /fax : 03 20 59 98 34 Port : 06 21 84 13 99 Email : lille@celinerichou-yoga.fr Site : www.celinerichou-yoga.fr</p> <p>Née le 30 avril 1970 (41 ans), mariée 4 enfants</p>	
--	--	---

COURS DE YOGA SUR LA METROPOLE LILLOISE

EXPERIENCES depuis 2008 :

- ✓ **Présidente de l'Institut Français de Yoga Espace Nord** (250 adhérents, 20 professeurs), Association régionale de l'Institut Français de Yoga regroupant 4500 membres dont 350 enseignants) www.ify.fr
Objectifs et missions de l'association : Promouvoir le **Viniyoga** dans la région (informations, publicité, forum...); Gestion des adhésions, organisation de la formation des futurs professeurs et de la formation continue des professeurs titulaires : repas, location de salles... ; Organisation de stages, d'ateliers et de conférences pour les adhérents; Edition du journal de l'association « Passerelle »...
- ✓ **Cours de Yoga (enfants, ados, adultes, seniors, personnes handicapées..):**
 - **Cours collectifs hebdomadaires:**
 - Pour adultes à SEQUEDIN, BOURGHELLES
 - Pour seniors : Centre social Mosaïque LILLE FIVES- Partenaire PASS SENIOR ville de Lille
 - Pour enfants et ados : Centre de thérapies complémentaires et de santé globale du Quennaumont 59830 CYSOING
 - **Interventions ponctuelles en entreprise.:**
 - Cours à la demande, entre 12h00 et 14h00, pour les salariés de l'**Unité Territoriale De Prévention Et D'Action Sociale de ROUBAIX...**
 - Séminaires et ateliers sur des thèmes variés et adaptés à la demande des entreprises. « Comment aborder le changement ? » pour **EDF** ; « Forum Sécurité » pour la **SNCF**, « Gestion du stress »...
 - Ateliers (3 interventions de 2h00) « Techniques de relaxation pour le personnel soignant d'une structure d'accueil pour personnes déficientes mentales » : Association « Les Lauriers » VILLENEUVE D'ASCQ (mai-juin 2010)

- **Participation à différentes manifestations « Initiations au Yoga »**
 - dans le cadre de « **La Semaine Bleue** » dédiée aux Séniors en octobre 2009 à la Maison Folie de Wazemmes de LILLE sur 3 jours. Animation proposée par l'Association Bricozem avec d'autres intervenants travaillant dans le domaine du Bien-être
 - Ateliers "Découverte du Yoga, outils à mettre en place pour mieux gérer le stress des examens") pour les étudiants de l'école supérieure de commerce :SKEMA Business School de Lille (décembre 2010)
 - Participation à **Lill'Ages** : ateliers découverte du Yoga pour les Séniors (juin 2011)

ETUDES ET FORMATIONS :

- Juillet 2011** **Diplôme de professeur de Yoga reconnu par l'IFY**
Mémoire de fin d'année présenté à l'issue des 4 années de formation « Yoga ludique pour les enfants ou pourquoi attendre d'être adulte pour pratiquer ? »
- Février 2011** Voyage-étude en Yoga de 15 jours en INDE (Chennai) au *Krishnamacharya Yoga Mandiram* : **le Yoga Rahasya** ou le Yoga adapté aux âges de la vie.
- 2009** Méthodologie et Développement de projet « Alimentation et activité physique », « Techniques d'animation de groupe en éducation pour la santé ».
Formations proposées par le Réseau des Comités d'Education pour la Santé du Nord-Pas-de-Calais financées par l'Institut National Pour la Santé
- 2008** **Attestation d'aptitude à commencer l'enseignement du Yoga**
Délivrée par Elisabeth REMY, formatrice IFY
- Depuis 2007** **FORMATION CONTINUE EN YOGA (Institut Français de Yoga)**
 - Stages d'approfondissement avec des formateurs IFY (Michel ALIBERT, Malek DAOUK, Frantz MOORS), Rencontres Nationales de l'IFY (Laurence MAMAM, Kausthub DESIKASHAR...)
 - Participations régulières à des ateliers YOGA soit en tant qu'intervenante soit en tant que pratiquante dans le cadre de l'IFY Espace Nord.
- Depuis 2000** **Pratique à titre personnel du YOGA** soit depuis 11 ans
- 1994** **DESS Gestion des Ressources Humaines et Relations du Travail : (CIIFFOP- PARIS II) – Mention : AB**
- 1993** **MAITRISE ès Sciences Economiques Option Economie et Gestion de l'Entreprise** : Université PANTHEON- ASSAS- Paris II