



## Qui suis-je?

D'aussi loin que je puisse me souvenir j'ai toujours eu envie de travailler dans le domaine médical ! A 14 ans j'ai fait un stage dans une pharmacie. De celle qui sentait encore les produits pharmaceutiques, je devais remplir des poudres contre le mal de tête car ce produit était très réputé et la pharmacie devait en stocker car elle allait faire des travaux, j'ai adoré !!

Naturellement c'est dans une pharmacie que j'ai fais mes premiers pas dans le monde médical, j'y ai travaillé pendant 8 ans. Puis je suis devenue déléguée médicale pendant 10 ans. Après j'avais envie de passer de l'autre côté et devenir thérapeute. J'ai fais différentes formations en drainage lymphatique manuel Dr Vodder, en aromathérapie et aussi en AyurVeda.

Juste à prononcer le mot, cela devenait magique pour moi !

Ayurveda, autant vous dire qu'en 1995, année où j'ai débuté mes investigations, juste le mot avait une connotation sectaire... Suite à une formation en aromathérapie, j'ai baigné dans le monde de l'AyurVeda. A cette époque c'était complètement inconnu et j'ai dû faire plusieurs recherches notamment en France pour me former aux différents massages pour commencer puis j'ai cherché une école, digne de ce nom, pour pouvoir parfaire mes connaissances. A part mes massage, mes connaissances étaient surtout théorique. J'ai lu un nombre incalculable de livres traitant de ce sujet et j'ai développé mes connaissances à ce rythme. J'ai effectué divers stages notamment auprès d'un médecin ayurvédique

Dr. Salil Joglekar de Pune en Inde qui venait régulièrement en Europe pour enseigner l'Ayurveda.

C'est en 2007 suite à un stage du Dr Jogelkar que je décide de faire une école d'Ayurveda pour devenir praticienne de santé et c'est en Belgique, après différentes recherches, que j'ai trouvé ce qui me convenait.

Comme j'avais déjà un bagage conséquent sur l'Ayurveda je ne me contentais pas de faire une école, sans prendre mes renseignements.

Je recherchais une école où je pouvais apprendre de la théorie mais aussi et surtout de la pratique en Ayurveda et là j'ai rencontré John Marchand qui correspondait exactement à ce que je recherchais. Un peu de théorie même passablement mais aussi et surtout beaucoup de pratique. C'est avec John que j'ai appris les techniques de panchakarma entre autre et depuis l'année 2010 je suis praticienne de santé en Ayurveda .Ce qui comprends les différents massages mais aussi des consultations de santé et de la phytothérapie indienne.

C'est suite à cette formation que j'ai recherché a retransmettre mon acquis par des week-end de formation, cours de cuisine ainsi que panchakrma

J'espère que ce petit texte vous aura donné un aperçu de mes connaissances et si vous avez des questions, j'y répondrais volontiers.



Josette Dafflon  
Praticien de santé ayurvédique diplômé  
120, av. des Alpes

1820 Montreux  
tél. 021/ 963 97 27  
[www.essentiel-massage.com](http://www.essentiel-massage.com)  
essentiel.montreux@sunrise.ch