



Depuis septembre 2024, l'offre d'Orthophonia s'est étendue : face aux petits trous de mémoire du quotidien, Pascale Personnier apporte conseils et techniques aux plus de 50 ans pour préserver leurs capacités cérébrales (Photo Pauline Cary)

Cultiver le bien-être

Depuis le début de son aventure journalistique, la ligne éditoriale de Dijon l'Hebdo est de placer les projecteurs sur celles et ceux qui font bouger le territoire, qui innovent, qui investissent, qui créent de l'emploi, qui font progresser la santé, qui se démultiplient pour les autres, qui portent le « bien manger... » et le « bien boire » (nous somme tout de même en Bourgogne !)... Dorénavant, dans les colonnes de notre journal, à l'instar de ce que nous faisons dans notre magazine Dijon Tendances, vous retrouverez régulièrement une nouvelle rubrique sur celles et ceux qui agissent au quotidien pour le bien-être. Nous avons en effet souhaité mettre en lumière les professionnels grâce auxquels vous pouvez vous épanouir, vous sentir bien... Et ils sont nombreux sur la place dijonnaise, exerçant leur talent dans de multiples secteurs : salon de coiffure, d'esthétique, de massage, ongles, spa, salle de sports, diététicien, nutritionniste, thérapeute... Dans un monde où tout s'accélère, où le stress est omniprésent, ces nouvelles pages vous permettront de faire une pause... et vous donneront de belles adresses pour vous ressourcer, vous détendre, prendre soin de vous. Mais vous découvrirez également dans ces rendez-vous réguliers des professionnels qui œuvrent pour le « bien vivre » de celles et ceux qui peuvent rencontrer des difficultés. À l'image de Pascale Personnier, une orthophoniste à la retraite qui a décidé de poursuivre afin d'épauler les jeunes en difficulté scolaire ou les seniors qui peuvent rencontrer des trous de mémoire. Cette coach vocale mérite bien, vous en conviendrez, d'être la première à occuper ces nouvelles colonnes réservées au bien-être.

La rédaction

L'ORTHOPHONISTE DEVENUE COACH

Pascale Personnier est à la retraite, mais pas sa vocation. Avec « Orthophonia », l'ancienne orthophoniste continue d'accompagner les enfants dyslexiques et dysorthographiques et tous ceux qui veulent faire entendre leur voix.

Pascale Personnier est de ceux pour qui la retraite n'est pas une option. Quelques mois après la fermeture à regret de son cabinet d'orthophonie en décembre 2022, cette passionnée explique avoir eu besoin de renouer avec l'humain et de donner une suite à son parcours professionnel. Équipée de ses 45 années d'expérience à suivre des enfants présentant des troubles du langage oral ou écrit, et des adultes souffrant de troubles de la voix ou neurologiques, elle crée donc « Orthophonia » sa petite entreprise de soutien scolaire et de coaching vocal. À son domicile, dans un espace cosy dédié, elle donne des cours privés à des enfants - du CP au CM2 - en difficulté d'apprentissage (difficultés à déchiffrer les mots, à mettre l'intonation, transcription

des sons à l'écrit confuse...) à l'aide d'exercices adaptés à chacun. Une individualisation qui lui tient à cœur : « Ces enfants sont souvent perçus comme paresseux, bêtes, bruyants, alors qu'ils ont besoin d'un cadre rassurant, bienveillant et de se sentir compris pour gagner en confiance et progresser ».

Faire entendre sa voix

Pascale accompagne aussi ceux qui, à tout âge, veulent travailler leur organe vocal dans un cadre professionnel (prises de paroles en public, préparation d'entretiens, direction de réunions...) ou de loisirs (chorale, théâtre...) en s'appuyant sur ses 10 ans de formation musicale : « Placer sa voix à la bonne hauteur s'apprend. On travaille sur la respiration abdominale pour une meilleure projection de la voix sans forcer au niveau du cou, sur la statique, le port de tête, la décontraction des épaules, et bien sûr l'articulation ».

Déborah Vital

Orthophonia
20 C rue Dr Majnoni d'Intignano
21121 Fontaine les Dijon
06 26 74 48 61
pascalle.personnier21@gmail.com

Tarifs : 50 € la séance pour le soutien scolaire / 60€ la séance pour le coaching vocal

