



**AVAC**

**Association des Vétérinaires Acupuncteurs du Canada**

**L'Association des Vétérinaires Acupuncteurs du Canada**

## **Bulletin Automne 2021**

### **Message du Président :**

« Si vous le construisez, il viendra », mots du livre de William Kinsella Shoeless Joe alias film Field of Dreams. « Si vous l'apprenez, les dieux vous enverront des patients », a déclaré le Dr Steve Marsden à propos de l'apprentissage de la TCVM et de l'apprentissage constant de nouvelles compétences. Cela n'a jamais été aussi vrai. Malgré notre économie dépressive, malgré la crise du Covid, malgré le soulèvement de la télémédecine, nos cabinets restent occupés, complets et encore plus diversifiés que jamais. Les gens dépensent l'argent et le temps qu'ils ont pour leurs animaux de compagnie, même s'ils n'ont pas d'assurance-maladie pour animaux de compagnie.

Sortir des sentiers battus pour maintenir nos pratiques n'a jamais été aussi nécessaire ou utile. La télémédecine, le maintien de la santé mentale et physique des membres actuels de notre équipe et l'embauche et la formation de nouveaux membres de l'équipe sont ce que nous, en tant que propriétaires d'entreprise, médecins et dirigeants, devons faire quotidiennement. De plus, nous devons rester forts nous-mêmes. La bonne nouvelle, c'est que notre formation et nos expériences à multiples facettes en tant que vétérinaires aident non seulement nos patients et nos cabinets, mais aussi nous-mêmes. Vous souvenez-vous et utilisez-vous ce que vos professeurs d'épidémiologie vous ont appris ? Vous souvenez-vous comment aider à garder un corps en bonne santé?



Parce que nous sommes formés en TCVM, cela nous donne la capacité d'être adaptable et donc d'obtenir un sentiment d'autonomisation qui nous donne espoir et force. Regarder la maladie d'une manière différente en utilisant une série différente de philosophies médicales nous aide à garder notre cerveau alerte. Par exemple, les crises d'épilepsie - sont-elles simplement dues à une « épilepsie idiopathique » ? Idiopathique, autrement connu en médecine occidentale, comme « Je n'en ai aucune idée » ou « Je ferais mieux d'essayer le phénobarbital ou le lévétiracétam ». Au contraire, en utilisant la théorie TCVM, « l'épilepsie est-elle due à une carence en sang provoquant une invasion de vent ? Dois-je travailler sur l'utilisation de l'acupuncture et des herbes pour tonifier le Sang afin d'aider le Vent à se suicider ? »

Pouvoir utiliser d'autres méthodes telles que l'anamnèse, les caractéristiques de la langue et du pouls pour diagnostiquer la maladie nous aide à obtenir un plan de traitement qui peut être beaucoup plus efficace, avec moins d'effets secondaires, que certains de ce que la médecine occidentale a à offrir.

Concentrez-vous sur votre capacité à trouver des alternatives. Si le plan A ne fonctionne pas, essayez le plan B. Vous ne trouvez pas assez de RVT à embaucher dans votre cabinet ? Moi non plus. Demandez aux collègues RVT de vous aider à embaucher un étudiant RVT pour encadrer et aider à les former. Avant longtemps, ils obtiendront leur diplôme, écriront et passeront leur VTNE et pourront travailler à toute vapeur dans votre pratique. Ou, peut-être que votre star VOA aimerait aller à l'école RVT - peut-être créer un fonds de bourses pour elle afin qu'une fois diplômée, elle travaille pour vous. Oui, cela signifie que vous devrez recommencer à surveiller l'anesthésie, ou même engager des DVM suppléants pour surveiller votre anesthésie, et cela peut signifier que vous devrez prendre des radiographies, prélever des échantillons de sang et d'urine et peut-être même les analyser. Cependant, cela ne sera que temporaire si vous pouvez continuer à travailler sur la formation d'autres personnes autorisées à le faire. Ne jamais abandonner. Gardez espoir.

En tant que médecins, nous devons résoudre tous les jours des problèmes de santé. Laissez la confiance que cela vous apporte du carburant et vous nourrit afin que chaque jour, peu importe à quel point vous êtes occupé ou à quel point vous vous sentez épuisé, vous ayez l'espoir et la force de recommencer le lendemain. Sachez que les choses iront mieux. Si vous

travaillez dur, rien de mauvais ne reste mauvais pour toujours. Malheureusement, il est également vrai que rien ne reste jamais bon ou facile pour toujours. Utilisez les bons moments pour vous aider. De plus, si vous le cherchez, chaque jour a quelque chose de bon, même de mauvais. Utilisez et souvenez-vous de ces bons moments pour développer votre force et vos ressources afin que le lendemain soit plus réussi et que le prochain mauvais jour ne soit pas si mauvais.

Quoi qu'il en soit, ne vous sentez jamais seul. Nous sommes tous là dedans. Rapprochez-vous de vos collègues. Utilisez des ressources qui vous aideront, y compris des représentants de l'industrie vétérinaire, vos affaires d'alma, des collègues RVT et VOA, des DVM suppléants, des RVT suppléants, des organismes et associations provinciaux de réglementation vétérinaire, votre équipe au travail, des banquiers, des avocats, des négociateurs de baux, des prêtres, des entraîneurs personnels, vidéos d'entraînement et de yoga en ligne, services de plats à emporter et de livraison de restaurants locaux, nounous, assistants personnels, médecins, naturopathes, acupuncteurs, herboristes, chiropraticiens, ostéopathes, massothérapeutes, services de livraison d'épicerie locale, coachs de vie, coachs de pratique, assistants personnels, travailleurs sociaux, des psychologues, des services de

préparation de repas, des entreprises de livraison de fournitures et, bien sûr, l'Association des vétérinaires acupuncteurs du Canada.

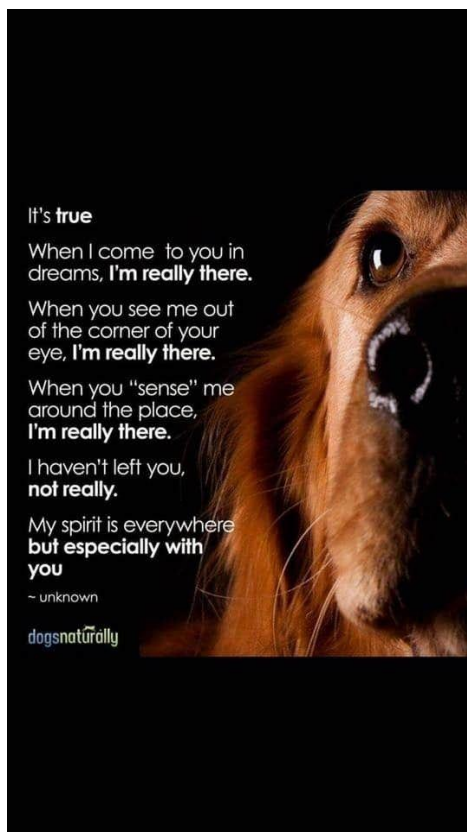
N'oubliez pas de participer à nos réunions communautaires AVAC et d'utiliser notre site de forum communautaire AVAC sur Facebook.

Merci chers membres de l'AVAC !

Cordialement,

Dr Julie Schell BSc(Hons), DVM, CVA, ACVCHM, CVC

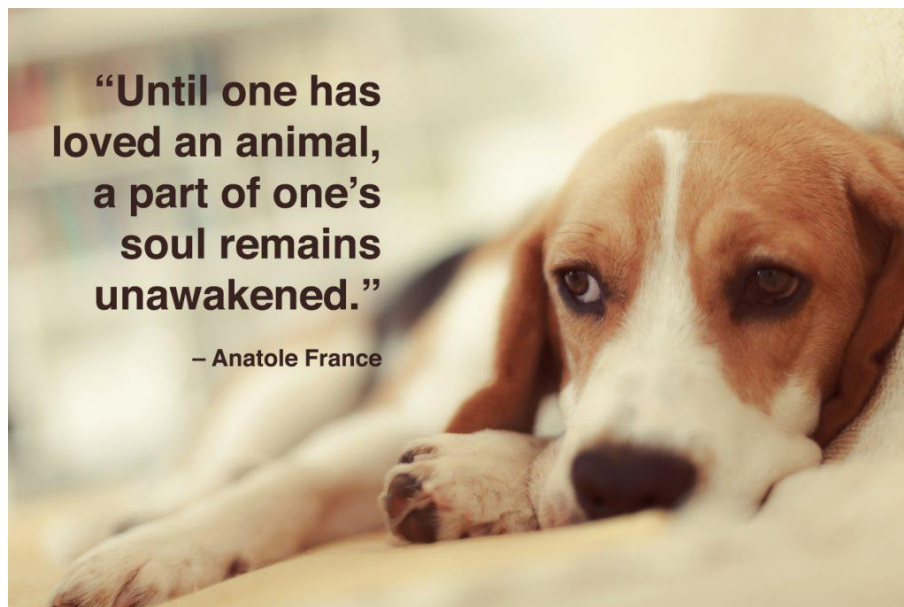
Présidente, Association des acupuncteurs vétérinaires du Canada





Remerciements et gratitude au Dr Sasan Highaght, qui contribue généreusement 2000 \$ à notre bourse d'études au nom de son chien bien-aimé Tessa, qui a vécu 15 ans et a été intensément traitée pour un cancer agressif.

Tessa était une compagne canine bien-aimée et son héritage vivra.



**Congrès en ligne IVAS et AAVA 2021**

<https://www.ivas.org/2021-congress/>

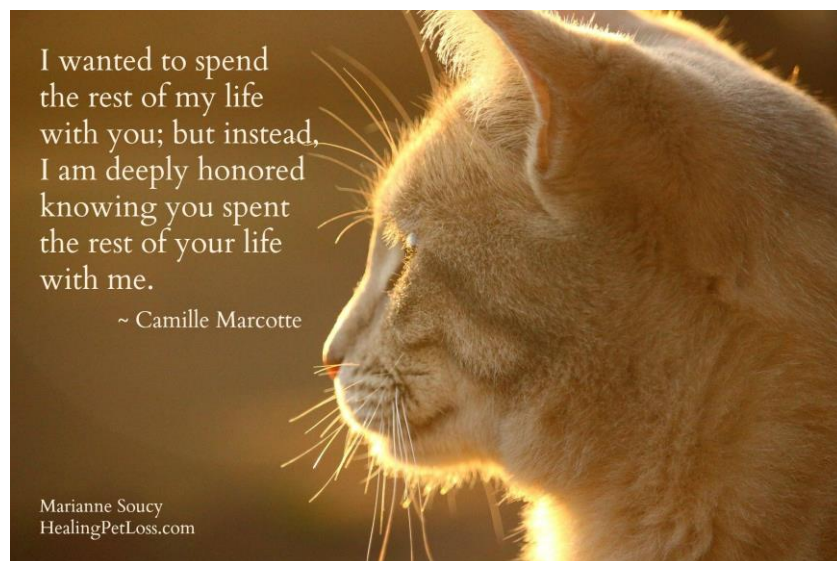
<https://www.ivas.org/wp-content/uploads/2021/06/2021-Online-Joint-Congress-Schedule.pdf>

pour la deuxième année, présente IVASed une conférence virtuelle, avec accès aux cours direct ou à demande. Cette année, il a été co-organisé par l' American Academy of Veterinary Acupuncture (AAVA).

Bien qu'une conférence en personne soit toujours préférée, IVAS a pu pivoter avec succès et fournir une CE de qualité aux vétérinaires et techniciens vétérinaires de la communauté de l'acupuncture animale qui ont choisi d'y assister virtuellement.

Si vous n'avez pas pu assister aux sessions en direct, vous pouvez toujours vous inscrire maintenant. Les membres peuvent s'inscrire jusqu'au 17 décembre pour le Congrès et le 31 décembre sera le dernier jour où tout le monde pourra voir le Congrès sur demande. Il est également homologué pour 20 heures de RACE CE.

J'espère que vous avez pu assister ou apprécier le replay !



Association des vétérinaires acupuncteurs du Canada

Par Dre Julie Schell

Ce fut une année chargée et productive pour l'AVAC malgré les changements et les protocoles induits par COVID. Nous avons eu notre AGA (Assemblée générale annuelle) en décembre 2020. En raison de COVID, c'était via la réunion Zoom qui a été enregistrée. Nous avons eu le Dr Michelle Tilghman qui a discuté des traitements d'acupuncture.

En juin, nous avons eu l'honneur d'avoir le Dr Janice Huntingford qui nous a donné une réunion Zoom pour discuter de l'acupuncture en médecine vétérinaire pour les débutants et a également donné d'excellents conseils aux praticiens d'acupuncture chevronnés.

Nous avons des réunions régulières en soirée "Community Huddle" auxquelles nous invitons nos membres à assister. Il s'agit de réunions Zoom informelles discutant d'une variété de sujets tels que "Succès et défis en acupuncture vétérinaire" et "Télémédecine pour l'acupuncture vétérinaire" et tout ce que les membres voudraient. J'aime discuter.

Nous envoyons également des newsletters sur des sujets, des séminaires et des événements, y compris des petites annonces.

Cette année, nous avons organisé une bourse AVAC pour un étudiant canadien méritant en dernière année de médecine vétérinaire. C'était très excitant de passer par notre processus de sélection et nous étions très heureux d'offrir cette opportunité - tous les candidats ont reçu une adhésion gratuite à l'AVAC pour l'année. Le gagnant bénéficie également d'une couverture à 50 % du prochain cours de certification américain en acupuncture vétérinaire de son choix. Nous sommes heureux d'annoncer que notre récipiendaire choisie est Matea David-Steel, diplômée du Collège vétérinaire de l'Ontario, et elle a choisi de suivre le cours du Texas à partir de septembre. Très excitant à coup sûr!

Nous planifions actuellement notre prochaine assemblée générale annuelle - ce sera à nouveau le style Zoom cet automne.

Merci!

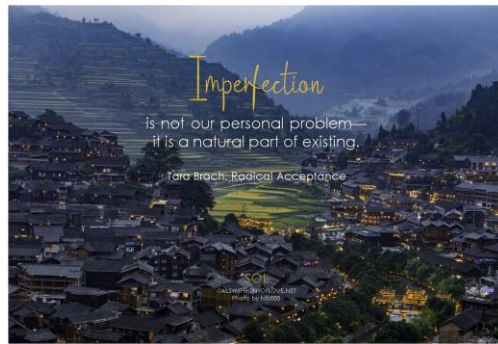
## Mise à jour du conseil d'administration d'août 2021

Voici une mise à jour rapide de ce qui se passe dans le bureau de l'IVAS.

- ❖ Ce mois-ci, l'IVAS s'est concentré sur la clôture de l'exercice 2020-2021, la préparation du Congrès conjoint pour la mise en ligne ainsi que l'accès en ligne au cours US IVAS.
- ❖ L'IVAS se prépare pour notre revue financière annuelle qui débutera en septembre avec l'ACP.
- ❖ Les États Unis 2021-2022 IVAS Cours à San Antonio, Texas Ouvert Accès Ligne à tous les étudiants le 26 Août Prochain.
- ❖ L'inscription au congrès reste ouverte jusqu'au 17 Décembre et accès Congrès est jusqu'au 31 Décembre 2021. Nous avons continué à recevoir lentement des inscriptions supplémentaires ce mois-ci.
  - participants au Congrès ont eu accès à la plateforme Congrès ligne le 10 Août.
  - Les techniciens vétérinaires Congrès nous avons suivi 3 participants inscrits ce jour et ils ont eu accès à leur plateforme ligne Congrès le 17 Août Prochain.
  - Les présentations en direct du mois d'août se sont bien déroulées et les enregistrements sont chargés sur la plate-forme du Congrès le lundi après la fin de chaque week-end de présentations.
- ❖ IVAS a ajouté une sécurité supplémentaire au site Web d'IVAS le mois dernier dans la section réservée aux membres pour sécuriser les documents de cette zone. Les documents dans la zone peuvent être temporairement indisponibles pendant que nous travaillons pour sécuriser chaque document.



- IVAS est conscient que cela peut être temporairement un inconvénient pour nos membres et Sherrie continuera à travailler dans ce domaine. Il lui faudra du temps pour configurer et sécuriser chaque document. Cette zone abrite la plupart des documents sur notre site Web pour nos membres et nous demandons à tout le monde d'être patient pendant que nous apportons ces mises à niveau importantes à la section réservée aux membres.
- Si vous avez besoin d'accéder à un document qui peut être temporairement indisponible, veuillez contacter le bureau IVAS et nous essaierons de vous le faire parvenir dès que possible.
- ❖ Le 48<sup>e</sup> Congrès IVAS pour 2022 n'a toujours pas de date ni de lieu officiels.
  - IVAS étudie toutes les options
- ❖ Avec la reprise des conférences vétérinaires, cela augmentera l'exposition d'IVAS en étant en mesure de revenir et de promouvoir tout ce que nous avons à offrir.
  - Sherrie participera à la Western Veterinary Conference (WVC) à Las Vegas, Nevada le mois prochain
  - Debbie participera à la Southwestern Veterinary Conference (SWV) le mois prochain à San Antonio, Texas.



## **Utilisation de la thérapie aux huiles essentielles pour traiter les symptômes post-Covid, y compris l'anosmie et l'agueusie**

Dr Julie Schell BSc (Hons), DVM, CVA, ACVCHM, CVC

L'automne dernier, lorsqu'une de mes meilleures et plus gentilles amies de longue date m'a dit qu'elle avait contracté la COVID et qu'elle avait perdu son odorat et donc son goût, j'étais tellement triste pour elle. Elle est jeune, dynamique et aime les parfums. Avant COVID, nous aimions aller ensemble dans des restaurants de qualité et nous délecter des talents de chefs professionnels. J'avais très envie de l'aider à retrouver son odorat et donc

son goût ! Les neurones peuvent se développer. Le cerveau des humains et des animaux est étonnamment capable de changer et de se réparer. Je ne pouvais pas simplement la laisser s'asseoir et attendre que ses sens reviennent. Je voulais l'aider à prendre des mesures pour les aider à revenir plus vite et plus fort.

Au cours de la dernière décennie, j'ai vraiment utilisé la thérapie aux huiles essentielles dans mon hôpital et j'ai réalisé que mon propre sens de l'odorat s'était énormément accru. Dernier bulletin que j'ai écrit sur la façon dont les huiles essentielles sont utilisées dans mon hôpital. Ceci est l'article :

<https://www.bowbottomvet.com/2021/03/09/essential-oil-use-during-acupuncture/> +

Mon odorat est tellement développé maintenant, qu'il y a quelques mois, alors que je faisais un COHAT (prophylaxie) dentaire sur un patient avec mon masque, le nez plongé dans l'halitose canine, et j'ai soudainement senti l'arôme intense des oranges. J'ai immédiatement demandé aux membres de mon équipe : « Est-ce que quelqu'un d'autre sent l'orange en ce moment ? » J'ai levé les yeux et rien dans la salle de traitement n'était différent, sauf qu'à environ 25 pieds de distance, un de mes employés est entré dans la salle de traitement. Elle m'a dit qu'il y a 5 minutes, elle avait épluché et mangé une mandarine dans notre salle du personnel. Je pouvais légitimement sentir cette orange sur ses doigts. Ça m'a un peu fait flipper. Mais j'étais heureux de savoir que mon système olfactif était si intense. Je l'utilise tous les jours pour être un meilleur praticien. Je peux littéralement parfois sentir le cancer chez les patients. Fait intéressant, le Dr Are Thoresen a effectué de nombreuses recherches sur l'utilisation de notre nez en tant que praticien.

Quant à mon amie, je lui ai immédiatement posté une collection d'huiles essentielles Young Living à l'odeur puissante. J'aime vraiment cette entreprise car elle est entièrement naturelle, existe depuis très longtemps, à une implication vétérinaire et j'en ai utilisé des versions diluées sur des milliers de patients. J'aime aussi la société vétérinaire de thérapie aux huiles essentielles du Dr Melissa Shelton appelée **animaleO**:

<https://devsite.animaleo.info/>

Vous souvenez-vous de tous les articles et séminaires géniaux du Dr Margie Scherk sur le « Snot Cat » ? Avez-vous traité des patients comme ça? Dieu

sait que ces pauvres chats atteints de rhinite allergique n'ont pas d'odorat avec tout le mucus qui bouche leurs sinus. Utilisez les points d'acupuncture LI20, (après tout, il s'appelle Ying-Xian Welcome Fragrance), ainsi que la diffusion de mélanges d'huiles essentielles tels que Thieves (il contient du clou de girofle, de l'eucalyptus, du citron, de la cannelle et du romarin). Je suis toujours heureux et surpris que de nombreux chats ne craignent pas de recevoir de l'acupuncture sur LI20 - ils sont souvent très tolérants. Quels sont vos points préférés pour traiter les chats rhinites ? Ce serait un article amusant à écrire ! N'hésitez pas à lister tous vos points d'acupuncture préférés pour traiter la rhinite sur notre site Facebook AVAC : <https://www.facebook.com/groups/727559910730460>

Ceci est un article intéressant sur l'utilisation de la thérapie aux huiles essentielles pour aider à retrouver l'odorat après COVID :

<https://www.perioimplantadvisory.com/clinical-tips/article/14198911/olfactory-training-and-covid19related-loss-of-smell>

C'est aussi un article fascinant (assurez-vous d'appuyer sur le bouton « traduire en anglais »):

<https://canaltech.com.br/saude/covid-fisioterapia-de-cheiros-ajuda-na-recuperacao-de-perda-do-olfato-entenda-174068/>

Le Dr Phil Rogers possède également des données impressionnantes qu'il a accumulées sur l'utilisation de l'acupuncture pour aider à retrouver le sens de l'odorat, c'est une citation qu'il a utilisée :

"" J'ai sorti le Top Ten Pts de mon AP Cookbook.

Ce livre de recettes (créé au milieu des années 1980 et gratuit en ligne depuis les années 1990) a recoupé chaque Pt répertorié dans plus de 60 manuels et des centaines d'articles cliniques sur l'AP. L'ordinateur a ensuite calculé un score de citation avec les meilleurs scores de citation) sous chaque code clinique. Voir :

020700 nez, narine, sinus nasaux, olfaction : [homepage.eircom.net/~progers/ad2.htm#a20700](http://homepage.eircom.net/~progers/ad2.htm#a20700)

021014 bouche : [homepage.eircom.net/~progers/ad2.htm#a21014](http://homepage.eircom.net/~progers/ad2.htm#a21014)

021200 langue, parole : [page.daccueil.eircom.net/~progers/ad2.htm#a21200](http://page.daccueil.eircom.net/~progers/ad2.htm#a21200)



En conclusion, je ne sais pas si AP peut aider à récupérer l'odorat et le goût dans les cas de COVID, mais, IMO, cela vaut la peine d'essayer...

Restez en sécurité,

Phil Rogers ""

Merci encore aux membres de l'AVAC. Tout le monde, discutons dans notre forum communautaire AVAC Facebook !

Cordialement,

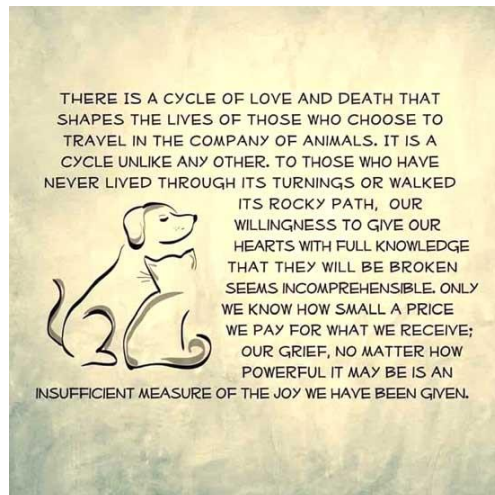
Dr. Julie Schell BSc(Hons), DVM, CVA, ACVCHM, CVC

Présidente, Association des acupuncteurs vétérinaires du Canada L'



**AVAC est à la recherche d'un membre pour agir en tant que secrétaire pour cette année (ou deux) à venir et certains postes de délégués régionaux sont disponibles pour être remplis par les membres de l'AVAC.**

**Toute personne intéressée? S'il vous plaît laissez-nous savoir!**



Suzanne Clothier

**AVAC a décerné sa première bourse étudiante cette année. Le prix est de 50% des frais de scolarité pour le cours IVAS. Tous les candidats aux bourses ont reçu une adhésion gratuite à l'AVAC. La gagnante était Matéa David-Steel, une étudiante senior à l'OVC. Nous avons inclus sa lettre de candidature :**

À qui de droit :

J'ai l'honneur de postuler pour la bourse de l'Association des acupuncteurs vétérinaires du Canada en vue de la certification en acupuncture vétérinaire. Je suis un étudiant vétérinaire de dernière année au Collège vétérinaire de l'Ontario et je commencerai un stage équin en juin 2021 dans l'espoir de poursuivre une résidence en médecine interne des grands animaux. Je suis fasciné par la pratique de l'acupuncture depuis que je travaille avec un vétérinaire pour animaux de compagnie qui l'a mise en œuvre, et j'apprécierais l'opportunité non seulement d'apprendre et d'appliquer la pratique à mes propres patients, mais aussi de rejoindre un réseau de personnes partageant les mêmes idées. et leaders dans le domaine.

Ma première expérience avec l'acupuncture a eu lieu avant d'entrer à l'école vétérinaire alors que je faisais du bénévolat auprès d'un praticien des petits animaux dans le nord de l'Ontario. J'ai été témoin de la valeur de l'acupuncture pour les animaux et leurs propriétaires, en particulier lorsque

les autres modalités n'étaient pas efficaces. Je suis devenu captivé par les techniques impliquées et je voulais participer à chaque rendez-vous d'acupuncture afin d'en apprendre plus. Malheureusement, nous n'avons pas appris la méthodologie de l'acupuncture à l'école, mais j'ai été réintroduit lorsque j'ai travaillé avec un vétérinaire équin en rotation externe qui utilisait la thérapie au laser sur les points d'acupuncture. Voir l'acupuncture en pratique, et la variété des façons dont elle peut être appliquée, a consolidé mon désir d'en apprendre davantage et je recherche des cours depuis.

Grâce à mes expériences avec l'acupuncture, j'ai vu à quel point elle peut être bénéfique dans le traitement, et j'aimerais explorer davantage ses propriétés curatives et préventives. Pour mon stage, j'ai spécifiquement choisi une clinique qui pratiquait l'acupuncture afin de pouvoir m'y exposer davantage. Mon objectif en devenant certifié en acupuncture est de mieux traiter mes patients, de prévenir les blessures sportives et de mettre en œuvre une approche plus holistique de leurs soins. Je trouve la physiologie sous-jacente fascinante : comment la stimulation de points spécifiques peut avoir un tel effet sur tout le corps est intrigante à l'infini et est liée à mon amour de la neurologie. J'apprécierais donc grandement l'opportunité d'étudier les différents types d'acupuncture - tels que l'électro acupuncture et l'aquapuncture - et de les appliquer afin que davantage de patients puissent bénéficier de cette modalité de traitement largement sous-utilisée. Une fois certifié, j'espère appliquer ma vaste expérience de sensibilisation du public, comme indiqué dans mon CV, pour élargir le domaine de l'acupuncture vétérinaire par la promotion et l'éducation des clients et des collègues vétérinaires.

Dans l'ensemble, je suis fasciné par la pratique de l'acupuncture, la physiologie sous-jacente et ses effets curatifs, et j'aimerais offrir à mes patients ses bienfaits dans une approche plus holistique de la santé. Je serais également honoré de me joindre au réseau de professionnels de l'Association des vétérinaires acupuncteurs du Canada afin de partager des expériences et des connaissances avec des personnes partageant les mêmes idées et de contribuer à la sensibilisation du public sur l'importance de l'acupuncture dans la prévention et le traitement des maladies dans tous les espèces.

Merci pour votre temps et votre considération.



Cordialement, Matéa David-Steel

Vous êtes étudiante vétérinaire et vous souhaitez vous renseigner sur l'acupuncture ? L'Université Chi propose diverses bourses aux étudiants :

<https://chiu.edu/resources#scholarships>



**CE : Vous cherchez un excellent CE ? Si vous avez manqué ce webinaire, assurez-vous de consulter l'enregistrement. C'est une si belle conférence !**

Voici les nouvelles informations d'accès à l'enregistrement du webinaire de Janice Huntingford, que nos membres peuvent regarder gratuitement.

La vidéo se trouve ici :

[https://www.avacanada.org/lecture\\_videos/Huntingford/Huntingford\\_Intro\\_Acupuncture\\_Lecture.mp4](https://www.avacanada.org/lecture_videos/Huntingford/Huntingford_Intro_Acupuncture_Lecture.mp4)

Nom d'utilisateur : HuntingfordVid

Mot de passe : AVACHuntingford0621#@

Les non-membres devront payer 25 \$ pour y accéder.

Les étudiants vétérinaires peuvent obtenir une adhésion gratuite à l'AVAC, donc s'ils veulent le regarder, ils peuvent s'inscrire et obtenir les informations de connexion.



## **N'oubliez pas notre groupe Facebook !**

Si vous n'êtes pas encore membre, voici le lien :

<https://www.facebook.com/groups/727559910730460>

C'est un excellent moyen de se tenir au courant de ce qui se passe à AVAC. Découvrez quand aura lieu le prochain caucus communautaire, les nouvelles FCP disponibles, le partage d'indicateurs de traitement, les réussites, etc.

### **AGA virtuelle Dimanche 28 novembre 2021**

AGA : 11 h 00

Introduction au séminaire : Traumatisme vicariant ou épuisement professionnel ? 11h30-12h45

Déjeuner/Pause de ravitaillement 12h45-13h15

Compassion radicale et expression créative : 13h15-14h15

Pause bio : 14h15-14h20

Salles de discussion -Pratique compassion 14h20- 1450

Discussion et partage d'expériences sur la pratique de la compassion 1430

h 50-15 Questions et réponses 15 h 30-15 h 45

Pause 15 h 45-16 hh 00-17 h 00

Points d'acupuncture pour le deuil et le traumatisme : Dr Julie Schell 16: 00

## **AVAC AGA 2021 CE SÉMINAIRE DIMANCHE 28 NOVEMBRE, 11h-17h HAE**

### **Traumatisme vicariant et compassion radicale**

Hannah Sherebrin, OATR, ATR-BC, YAHAT-Superviseur

Alors que nous luttons contre les effets professionnels et émotionnels de notre travail et de la pandémie mondiale, nous avons besoin de comprendre les différences entre l'épuisement professionnel et le traumatisme vicariant. Cet atelier vise à examiner les effets des traumatismes dans notre conduite professionnelle quotidienne et à trouver des moyens de devenir plus résilients lorsque nous prenons soin d'animaux ou de leurs propriétaires. L'une des façons de nous aider est de prendre soin de soi avec compassion.

La recherche actuelle parle de la compassion en tant que composante essentielle de la thérapie et de la santé. Tara Brach, auteur du livre « Radical Compassion » affirme qu'il n'y a pas de guérison de nous-mêmes et de nos clients sans auto-compassion.

Dans cet atelier de 90 minutes, j'utiliserai le modèle de RAIN - Reconnaître, permettre, enquêter et nourrir, afin d'étudier les dilemmes qui nous rendent inefficaces pour prendre soin de nous-mêmes et des autres. Nos relations avec soi, les autres et le monde, l'efficacité et l'impact de notre travail, ainsi que notre sens de l'accomplissement et de l'engagement, impactent notre bien-être. La compassion incarne des qualités telles que la bienveillance, l'enjouement, la collaboration, l'authenticité et une confiance profonde, qui favorisent la créativité. Tara Brach affirme que le modèle de RAIN éveille la pleine conscience et la compassion, les applique aux endroits où nous sommes coincés et démêle la souffrance émotionnelle.

Les participants sont encouragés à faire preuve d'ouverture d'esprit et de curiosité pour expérimenter les pratiques de pleine conscience, même s'ils ne sont pas familiers avec la méditation. Ce n'est pas une séance de méditation traditionnelle et nous utiliserons également du matériel d'art.

**Ce sera un atelier Zoom, sorte chaque participant prépare leur propre matériel d'art, est demandé d'avoir une paire de gants chirurgicaux et marqueurs indélébiles, ainsi que celle, bric et broc comme yeux écarquillés, autocollants, fil, etc.** Après l'introduction, les participants auront 10 minutes pour créer, puis seront transférés dans des salles de sous-commission pendant 20 minutes pour pratiquer le modèle. Le partage et la discussion commenceront dans le grand groupe.

Avis de non-responsabilité - Il ne s'agit PAS d'une séance de thérapie, mais les participants peuvent rencontrer des problèmes émotionnels qui ne peuvent pas être traités dans ce cadre.

Le Dr Julie Schell partage des points d'acupuncture et des protocoles pour traiter le deuil et les traumatismes chez nos patients et nous-mêmes.

**Note de la rédaction :**

Si vous souhaitez en savoir plus sur RAIN, voici un lien vers la conférence de Tara Brach sur The Rain of Self-Compassion. [La PLUIE de l'auto-compassion - Tara Brach](#) Il s'agit d'une ressource utile pour nous tous à une époque où il peut sembler que la compassion et la gentillesse manquent dans le monde.

