



Pauline Dumay

Professeuse de yoga passionnée, j'interviens dans votre studio ou structure pour donner des cours ou animer des ateliers.

Forte de 10 ans d'expérience de salariat et d'une riche année en tant qu'entrepreneure, je sais m'adapter à différents milieux et à toutes sortes de personnes, des plus jeunes aux plus âgées.

Mes cours et ateliers se font dans une ambiance décomplexée et bienveillante, je suis à l'écoute et attentive.

Expériences Professionnelles



Depuis Janvier 2017 : Créatrice / Professeur / Animatrice

- ▽ Cours de Yoga : bébé, enfant, pré et post-natal et adulte
- ▽ Ateliers Parentalité (Faber et Mazlish)
- ▽ Ateliers de Nutrition
- ▽ Séances en RMTI (intégration des réflexes archaïques par le mouvement)
- ▽ et tout le reste : commercial / ADV / communication / marketing

Juillet 2010 – Décembre 2016 : Responsable commerciale et ADV

- ▽ Gestion des campagnes, prospection, relance, signature, suivi client, gestion des litiges et des contentieux, suivi de la production (gestion des ressources, suivi des techniciens et reporting)
- ▽ RH : préparation des payes, suivi courant, gestion des embauches (annonce, entretien, contrat...)

Entre 2006 et 2010 : BTS NRC en alternance dans une chambre d'hôtes / vendeuse / responsable d'un rayon chez Côté Maison et vendeuse chez Zara



Formations

- ▽ Consultante RMTI (Formation sur les réflexes archaïques) (2018/2019)
- ▽ Yoga Bébé avec Berceau les Ptits Lu (2018)
- ▽ Yoga pré et post Natal à l'Institut du Dr de Gasquet (2018)
- ▽ CAP Petite Enfance (2018)
- ▽ Yoga Enfants avec Kat Eratostene de l'école des Natha Yogi (2017)
- ▽ Ateliers Faber et Mazlish à l'association Ambérieu Alternatives (2017)
- ▽ Éducateur de santé Naturopathe à l'école Aesculape (2014/2015)
- ▽ Conseiller en hygiène de Vie à l'école Aesculape (2013/2014)
- ▽ Massages bien-être à l'institut Euronature (2012)
- ▽ Réflexologie plantaire à l'institut Euronature (2012)
- ▽ BTS Négociation Relation Client (2008/2010)

Info / Contact

31 ans (09/05/1987)
Française
Permis B
4 A rue Pierre Bernin 01800 Meximieux

www.graines-de-melisse.fr
06 33 97 93 64 - pauline@graines-de-melisse.fr

Références / Témoignages :

- ▽ Yoga Adulte pour Net'Wash – Agence d'E-Réputation
- ▽ Atelier Parentalité pour Ambérieu Alternatives
- ▽ Yoga Enfant pour la Ludothèque de Meximieux
- ▽ Yoga Enfant pour le CLAS de la Mairie de Meximieux
- ▽ Yoga Enfant pour les MJC de Montluel et d'Ambérieu-en-Bugey
- ▽ Yoga Enfant pour l'Ecole maternelle Sainte Blandine et primaire Saint Jean de Bosco de Meximieux
- ▽ Yoga Adulte pour l'Association Sein Vulbas

« Du Yoga pré natal qui fait du bien au corps et soulage la "lourdeur" du ventre. Ça n'est pas que de la relaxation, mais ça montre qu'on peut quand même s'occuper de soi avec 10 kilos de plus que d'habitude ! Hâte de tester le post natal après l'accouchement, et de tester le yoga parent enfant quand mon corps sera plus disponible. Hâte également du stage yoga enfant pour mon grand bébé de 3,5 ans prévu en janvier. Bref, 2019 s'annonce intense avec Pauline !! » Claire

« Mon fils a déjà participé à 3 séances et il en était ravi, ce fut pour lui un vrai moment de bien être, en lien avec son corps, où il a pu canaliser son énergie ! Pauline est vraiment douce et bienveillante! Une prochaine expérience nous attend le yoga en famille !!! » Laetitia

« Une personne très à l'écoute, souriante, agréable, qui prend soin de chaque personne dans son cours !! Un yoga prénatal qui m'a bien préparé et surtout soulagé mes douleurs au dos , le top ! Je recommande à 200% et les yeux fermés ! » Aurore

« J'ai testé le cours de yoga parent/enfant avec mon fils de 9 ans. Nous avons passé un vrai bon moment ensemble et avec les autres duo parents/enfants. Je recommande ! » Magalie

« Stage Yoga pour enfant ludique et très apprécié par nos filles!!! » Aurélie

« Très sympa, Pauline laisse s'exprimer (verbalement et physiquement) les enfants avec des petits jeux très sympa tout en étant dans l'esprit Yoga. Un petit recentrage à la fin ! Vraiment agréable ! » Estelle

« Cours super ! mes 2 filles sont fans ! » Sylvia

+ de témoignages sur le site ou la page Fabebook.