

## Elle fait des câlins son métier

**BALLAIGUES** Katia Siciliano, la seule câlinothérapeute de Suisse romande, est établie à Ballaigues.

TEXTE: EMILIE POLLIER

Infirmière dans le secteur de la psychiatrie depuis vingt ans, née d'un père napolitain, c'est en 2017 que Katia Siciliano (à droite) se lance en indépendante en tant que câlinothérapeute à Ballaigues.

En effet, née dans une culture napolitaine où le contact physique et les démonstrations d'affection sont importants, Katia Siciliano a toujours eu de la facilité à créer des liens avec les gens. Elle a atterri dans ce milieu car le toucher et le ressenti font partie intégrante de sa vie. Chose qu'elle ne pouvait pas exercer dans le milieu hospitalier.

La câlinothérapie consiste à apporter du réconfort, de la douceur mais aussi à renforcer le système immunitaire, à diminuer le stress et les chutes de tension artérielle, et cela dans le respect, en toute confidentialité et de façon totalement platonique.

«Ce ne sont pas que des câlins, c'est aussi un lâcher-prise qui permet à chacun de repartir plus léger», explique Katia Siciliano.

Tout le monde a ses humeurs, ses jours avec et ses jours sans, mais Katia Siciliano a la capacité d'être toujours ouverte et heureuse d'accueillir ses clients.



Elle pratique aussi de la ronronthérapie avec son chat, car le ronronnement du chat est souvent associé à du bien-être. Le chat peut aussi ronronner lorsqu'il est face à des situations telles que le stress, la peur ou l'anxiété.

«Si chaque personne pouvait recevoir huit câlins par jour d'une durée de 20 secondes, cela boosterait le système de défense immunitaire. Cela va agir sur le système cardio-vasculaire et atténuer les douleurs», poursuit la

câlinothérapeute.

Katia Siciliano reçoit à son cabinet, mais peut aussi se déplacer à domicile et également intervenir pour certains patients hospitalisés, mais toujours sur demande du patient et après avoir consulté le personnel soignant.

Une charte a été mise en ligne sur son site et il est très important de lire et de comprendre avant de prendre rendez-vous. Celle-ci comporte des points importants comme l'obligation d'être majeur, ne pas avoir été

reconnu coupable d'un crime violent et de ne pas avoir été condamné pour un crime à caractère sexuel. Aussi, il est important d'avoir le consentement de chacun et que chacun sache gérer sa libido.

En ce qui concerne les séances, il existe des séances découvertes qui durent 15 minutes, la première séance dure 30 minutes et par la suite elles peuvent aller jusqu'à 1 voire 2 heures.

Infos : <https://www.calinotherapie.ch/>

## Les Vallorbières progressent fort

**PATINAGE ARTISTIQUE** Huit patineuses du CP Vallorbe ont participé à la Coupe neuchâteloise, le week-end dernier. Avec un succès évident et quatre podiums à la clé.

Le deuxième concours de la saison pour les compétitrices du Club des patineuses de Vallorbe a mis en lumière les gros progrès réalisés. A l'occasion de la Coupe neuchâteloise, disputée à la patinoire du Littoral, les protégées de Deborah Pisa et Océane Guilbert ont montré beaucoup de belles choses. «Les professeuses sont très fières d'elles», souligne Florence Nicod, présidente du CPV.

Sur le plan des résultats, cela s'est notamment traduit par trois victoires et une 2<sup>e</sup> place. En nickel jeunes, Isaline Gaggeblin a fini 8<sup>e</sup> sur 15; en nickel aînées, Eleana Carbonara est montée sur la deuxième marche du podium sur 14 participantes; en chrome aînées, Nicole Goncharova s'est imposée, alors qu'Enda Moriceau a terminé 4<sup>e</sup> sur 17; en acier B jeunes, Léonie Nicod a dominé l'épreuve, tandis que Jade Pellet a pris la 11<sup>e</sup> rang sur 17; en acier B aînées, Maxine Harle s'est classée 9<sup>e</sup> sur 14; enfin, en cuivre B aînées (15 concurrentes), la victorieuse est revenue à Sara Karbanova.

Le programme est encore dense: les Vallorbières se lanceront de nouveau sur la glace le week-end du 3-4 février à Moutier, les 25 et 26 février à Bière, ainsi que lors du gala du club le 9 mars et, enfin, pour les Championnats vaudois organisés à domicile les 16 et 17 mars. - M.G.



Sara Karbanova sur la première marche du podium.



Nicole Goncharova s'est imposée, tandis qu'Enda Moriceau a pris la 4<sup>e</sup> rang de la catégorie chrome aînées.



Léonie Nicod a remporté la catégorie acier B. PHOTOS: CPV



Eleana Carbonara s'est classée 2<sup>e</sup> en nickel aînées.

**LOTTO GÉANT**  
A L'ABONNEMENT ET AU CARTON PLEIN  
**SAMEDI 27 JANVIER 2024**  
VALLORBE - HALLE DES FÊTES  
À 20H00 (portes 19h) Fr. 50.- au lieu de Fr. 53.-  
Grand Parking Gratuit

TRAITEUR  
CORBEILLES GARNIES  
VOYAGES  
BONS COOP - MÉRIS

**BONS VOYAGES**  
FR. 3'000.-  
FR. 1'000.-  
FR. 1'000.-

PLACES LIMITÉES - Abonnements en vente sur place ou dès maintenant à la Boulangerie Christophe Schwyzmann à Vallorbe ainsi qu'à la station Migrol à Vallorbe (paiement cash uniquement)

**ERIC GASCH**  
garage | carrosserie  
021 911 11 11  
www.eric-gasch.ch

**Schwyzmann**  
Boulangerie - Pâtisserie  
021 911 11 11  
www.schwyzmann.ch

**MIGROL**  
Supermarché | Boulangerie | Pâtisserie  
021 911 11 11  
www.migrol.ch

Bière sponsorisée: Caribbi, Clotilde, Bihouze  
Pâtisserie sponsorisée: Migrol