

Cilica Chlimper, biographie résumée

Hameau de Nestri
09200-Alos France
33(0) 612656388
ccilica@gmail.com

Activité professionnelle

Enseignement et formation

Au cours des 20 dernières années, Cilica s'est orientée vers l'enseignement et la formation des techniques corporelles et du souffle et de communication interpersonnelle, auprès de divers publics, afin de leur apporter un mieux-être et une meilleure gestion de leurs ressources personnelles.

Plus de 300 personnes par an participent aux cours et aux sessions de formation proposées par Cilica Chlimper.

Elle est gérante de la société de conseil et formation, Sagesses SARL <http://sagesses.biz/fr>

Elle enseigne les arts martiaux internes dans des espaces municipaux à Toulouse.

<https://www.douceurdevie.com/>

<https://www.youtube.com/watch?v=rKGwhFADmma&t=6s>

Elle a enseigné durant 9 ans, les activités physiques de développement personnel et les arts martiaux internes, à l'UFR STAPS de l'Université Paul Sabatier à Toulouse, dans le cadre d'une Licence Professionnelle : Santé et Vieillesse

Porteuse d'un programme innovant depuis 2016 au sein de la société AIRBUS, proposant ses méthodes, pour contribuer à la qualité de vie au travail et ceci, en lien avec deux produits digitaux « de présence accompagnante ». Plus de 300 de collaborateurs de cette société, ont déjà bénéficié de ce programme .

Conceptrice - Innovation

Cilica Chlimper a mis au point « L'intelligence du corps intelligence du souffle » ® et « La Géographie de la communication ® » méthodes inspirées des arts martiaux internes, de la psychanalyse et des méthodes pédagogiques d'éducation active, résultat de ses 30 ans d'expérience professionnelle.

<https://youtu.be/4meMx2MmHLM>

Cilica est partenaire et intervient également pour la CEGOS , dans des formations sur : la gestion du stress, l'affirmation de soi, l'estime de soi, la prévention des conflits et de l'agressivité, et sur la gestion de ressources personnelles.

<https://www.cegos.fr/formations/developpement-personnel/saffirmer-et-sortir-des-conflits-au-quotidien-assertivite-niveau-2>

Ils ont fait confiance à ses méthodes, entre autres : AIRBUS, Hertz, Consuel, ECL, Astra Zeneca, le CNES, CIC, CIMPA. L'HÔPITAL DES ENFANTS, Paule de Viguier, BETTER HUMAN.

Recherche

Elle a été associée à l'équipe de recherche du Professeur DO de l'UFR STAPS Orsay dans le cadre du projet intitulé « Influence de pratiques respiratoires et corporelles issues du Qi Gong et Tai Chi Chuan pour réduire le mal de dos et le stress des spationautes ». Projet présenté à l'appel ESA 2009.

A ce titre, elle a participé à deux vols paraboliques lors de la campagne CNES d'octobre 2009.

Recherche action : Agir pour bien vieillir (2014 - 2016) : “Évaluer les impacts de la méthode « L'intelligence du corps, intelligence du souffle » ® créée par Cilica Chlimper, sur la prévention du vieillissement, notamment les effets des activités physiques sur le vieillissement cognitif.

Réalisée avec les chercheurs : Jean-Claude Marquié (Directeur de Recherche au CNRS...), Khaled Fezzani (Docteur en Neurosciences du comportement, Université Paul Sabatier de Toulouse...).

<http://www.ladepeche.fr/article/2014/06/03/1893230-un-laboratoire-national-pour-bien-vieillir.html>

Actions pour la protection de l'environnement

Cilica Chlimper a travaillé durant 10 années pour la protection de l'environnement en mettant en œuvre un projet d'éco-développement avec des agriculteurs Quechuas dans le but de protéger l'Amazonie et un autre de sensibilisation à l'environnement auprès des jeunes en France. Association “Autres Regards” 1990-2000.

Auteur

Réalisation du court-métrage « Je veux grandir », en couleur, 7 minutes, diffusé dans toutes les salles de cinéma du Pérou, <https://youtu.be/h1UekIYehCU>

Réalisation avec le parrainage de L'UNICEF de « Menaces sur TèR », un jeu de société fantastique sur l'environnement. Il a obtenu le Prix spécial des ludothécaires au salon professionnel du jeu de Paris en 1996.
<https://jeuxsoc.fr/?principal=/m/menac.php?rewrite=1>

Trois rapports scientifiques et une thèse, sur des méthodes d'apprentissage, avec l'Université Catholique du Pérou - 1978.

“ Fragmentos de vida 13 ”, livre de poèmes illustrés publié au Pérou en 1978.

En cours...

Livre associé à un outil digital : Activez vos Ressources et retrouvez sérénité et énergie.
En recherche d'éditeur.

Collection de 7 livres-jeux, illustrés, en 3 langues, adressés aux enfants. En recherche d'éditeur.

Parcours de formation personnelle

Diplômée de l'enseignement supérieur en Sciences Humaines et Psychologie (Pontificia Universidad Católica del Perú). 1968-1973.

Membre du premier groupe d'étude de Psychanalyse du Pérou. 1970-1976.

Diplômée du CQP (Certificat de Qualification Professionnelle : animateur de loisir sportif). 2003.

Elle continue toujours à se nourrir...

Arts martiaux internes et techniques du souffle, depuis 1976 auprès des maîtres Llosa, Chen et WU, Pérou, USA, France.

Clown acteur social, depuis 1994 (Bataclown Lombez- France).

La voix humaine 1984-2004 (Roy Hart Malérargues- France).

Méthode Alexander 2006-2008 (Art et Alexander , Toulouse).

Danse classique Indienne depuis 2009, (Inde ,Paris).

Yoga Iyengar depuis 2012 (Yoga Huit Toulouse).

Pilates Mat work 2014 (Leaderfit).

Langues

Anglais et espagnol.