



# Brain-sur-l'Authion Un sophrologue dans la commune

Développer le bien-être, c'est ce que propose Anthony Heurtin en ouvrant récemment son cabinet « Oscilance sophrologie » à Brain-sur-l'Authion. Anthony Heurtin est un enfant du pays : il a grandi à Andard et y habite toujours avec sa petite famille. Après 13 ans d'expérience en magasin d'optique à Angers, il a décidé de tourner la page : « *La tendance dans l'optique est de développer des structures plus importantes afin de maîtriser les coûts et ainsi parvenir à des prix compétitifs. Les ressources humaines sont alors soumises à une très forte pression. Cette évolution relègue, pour moi, la compensation visuelle à un simple objet de*

*consommation. Ce n'est pas ma vision du métier, je me considère plutôt dans la relation d'aide ».*

À la suite d'un bilan de compétence en 2013, il découvre ce qui correspond à sa personnalité : le bien-être. « *J'ai choisi la sophrologie car c'est un métier en pleine évolution ».*

Maîtriser les angoisses  
En 2014, Anthony Heurtin s'inscrit à l'Institut de formation à la sophrologie à Paris et a désormais un niveau de qualification reconnu par l'État. Après plusieurs expériences, notamment un stage au foyer-logements d'Andard pour des séances de groupe et un accompagnement de personnes

individuelles dans le cadre d'insomnies, il a trouvé sa voie et a ouvert son cabinet au 2, rue du Port-Martin à Brain.

Il y accompagne les personnes pour maîtriser les angoisses, se libérer du stress, gérer les douleurs, améliorer la qualité du sommeil... « *Le mental et le physique interagissent, précise-t-il, si je détends ma tête, je détends mon corps, si je détends mon corps, je détends ma tête !* ». Il intervient aussi à domicile dans un rayon de 20 minutes autour de Brain. ■