

Hannah BENSOUSSAN

07 50 83 13 38

yogana.contact@gmail.com

 [Yogana.Hannah](https://www.facebook.com/Yogana.Hannah)



YOGANA

Hatha Yoga et Méditation

*en école, entreprise, maison de retraite,
salle et studio, cours privés*

YOGA : ENSEIGNEMENT

- 2020** Yoga en visio pendant le confinement
- 2019** Yoga et militantisme: conférence participative et en mouvement sur la philosophie du yoga
- 2018 – 2020** Cours hebdomadaires aux Grands Voisins de yoga et méditation (association Ici Terre)
- 2018** Stage de 4 jours en résidentiel : **Regards : Yoga et dessin**, créé avec un dessinateur
- 2018** Atelier Yoga et art-thérapie par le théâtre monté avec une art-thérapeute
- 2018 – auj.** Yoga et méditation pour [L'Atelier de la Forme](#) et [Fizix](#), en salle, entreprise, à domicile
- 2017 – auj.** La Sorbonne : 2 cours par semaine : en 1h30 Option et 1h en Loisir
- 2016** Sciences Po Paris : cours hebdomadaires avec l'association [Welcome Om](#)
- 2015 – auj.** Cours adaptés aux séniors dans la maison de retraite [Korian Les Tybilles](#) (hebdomadaire)
- 2015 – auj.** Création et gestion de [Yogana](#), auto-entreprise qui regroupe toutes mes activités

YOGA : FORMATION ET PRATIQUE

- 2018** Stage de yoga Durkheim : yoga et créativité par l'Ecole Française de Yoga
- 2017** Stage de yoga de l'Energie par l'Ecole Française de Yoga
- 2016 – 2020** Ecole Française de Yoga : transmission, anatomie, philosophie du yoga, culture indienne. Formation très riche en 900 heures. J'étudie surtout les lignées **Madras**, **Hahoutoff** et **Energie**
- 2015** Formation en Inde : professeure de yoga et méditation, certification **Yoga Alliance 200YTTC**
- 2008 – auj.** Pratique personnelle : Hatha, Vinyasa, méditation

FORMATION ACADÉMIQUE

- 2017 – 2021** PARIS DESCARTES – Master de Psychologie Clinique
- 2013 – 2016** SCIENCES PO PARIS – Master en Affaires Publiques filière Culture
- 2012 – 2013** LA SAPIENZA ROME – Psychologie, Philosophie, Histoire de l'Art
- 2010 – 2013** SCIENCES PO PARIS – Licence en Sciences Humaines

EXPÉRIENCES ENRICHISSANTES

- Startup & Tech** [Sculpteo](#) (Impression 3D) ; [SAM Network](#) (Plateforme en ligne d'éducation innovante)
- Communication** SEO et wekmarketing chez Sculpteo ; GDF Suez ; Institut Français de Tel Aviv
- Culture** Événementiel chez : Drill Hall Art Gallery ; Alliance Française de Canberra ; Festival de l'Histoire de l'Art ; Lecture de manuscrits chez les **Editions** Jean-Claude Lattès
- Ecriture** Rédactrice freelance aujourd'hui ; Rédactrice en cheffe chez Sculpteo ; Ateliers d'écriture et **performances** à l'Other Writers Group et Spoken Word Paris ; Blog et Poésie
- Enseignement** Cours particuliers pour Acadomia et Complétude ; Cours bénévoles pour Scoobidou

INTÉRÊTS PERSONNELS

Langues parlées : Français (natif), anglais (bilingue), italien (courant), espagnol (notions)

Activités culturelles, sportives et associatives :

- **DESSIN ; PIANO** (5 ans) ; **THÉÂTRE** (6 ans) ; **DANSE BLUES** (depuis 2015) ; **ESCALADE**
- **VERS L'ÉCOLIEU :** Projet d'habitat collaboratif. Auto-gouvernance et CNV (depuis 2016)