

Votre RDV *SHINDO Shiatsu*
avec Véronique Dumotier, praticienne certifiée FFST
A partir du 4 septembre 2023

« L'Être Humain est comme un instrument désaccordé. Pour l'accorder, il est nécessaire de découvrir les notes de la pensée, des émotions et enfin du corps ...» (Dr. E. Bach)

Origines et Philosophie :

Le Shiatsu fait partie intégrante de ces disciplines du toucher qui permettent de retrouver la synergie entre notre corps et notre esprit.

Officiellement reconnu au Japon, il met en pratique la philosophie qui enseigne que nous représentons la somme d'un composé de **trois aspects fondamentaux :**

le mental, le physique et l'émotionnel.

Le Shiatsu permet l'harmonisation graduelle en équilibrant les liens qui les unissent, c'est-à-dire les méridiens. Ces méridiens sont les passages par lesquels le Qi ou Tchi (l'Energie) circule dans tout l'organisme, et entre l'extérieur et l'intérieur du corps.

Principes :

Du Japonais Shi = doigt - Atsu = pression

Art de vie fondé sur les principes de prévention, le Shiatsu entretient nos facultés naturelles à demeurer en bonne santé et stimule notre potentiel d'auto-guérison.

Grâce aux différentes pressions, étirements et massages exercés par la praticienne, à l'aide de ses doigts et de ses paumes, le rétablissement de la circulation du Qi et de sa régénération permettront le retour progressif à un mieux-être et à le conserver.

La séance se pratique au sol sur futon, ou sur table, vous êtes vêtu(e) d'une tenue confortable.

Bienfaits :

Pour nous aider à nous adapter à notre environnement, le Shiatsu permet, entre autres :

- D'évacuer le stress, d'atténuer les maux de dos et les problèmes de digestion,
- De rééquilibrer un sommeil perturbé, de calmer des céphalées,
- D'apaiser en cas d'irritabilité, de déprime voire dépression.

Dès la première séance, il apporte une sensation de détente immédiate, de calme général.

La pratique s'adresse à tous, petits et grands, dans le respect de l'âge et de la mobilité de chacun.

(NB : En cas de pathologie, un avis du corps médical doit être demandé)

**Le Shiatsu, comme toute forme de toucher bienveillant et personnalisé,
permet la détente qui se fait libératrice,
le lien, la réconciliation, entre le corps réel fait de chair, d'os, de matière vivante
et le corps mental, psychique.**

Je vous accueille à partir du 4 septembre 2023 :

- chaque lundi au Centre de Soins de Yerres, 17 rue Gabriel Péri, La Roseraie Bât 1 Hall E
- du mardi au samedi dans mon espace privé *Shindo Shiatsu*, à Yerres

Merci de prendre RDV par tél : 06 22 77 38 75

Tarifs : Shiatsu 1h30 : 80 € Shiatsu 1h : 60 €