

QUELLES SOLUTIONS POUR SOUTENIR LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL ?



SÉANCES
INDIVIDUELLES

25 ou 45 minutes



ATELIERS
COLLECTIFS

1 heure hebdomadaire
Par groupe de 5 à 20 pers.

LES ATELIERS COLLECTIFS

Le shiatsu peut aussi se pratiquer en auto-massage et faire l'objet d'ateliers collectifs réguliers.

Il consiste alors en des mouvements guidés (frottements, tapotements, étirements, pressions des doigts et des mains) le long des méridiens et points d'acupuncture.

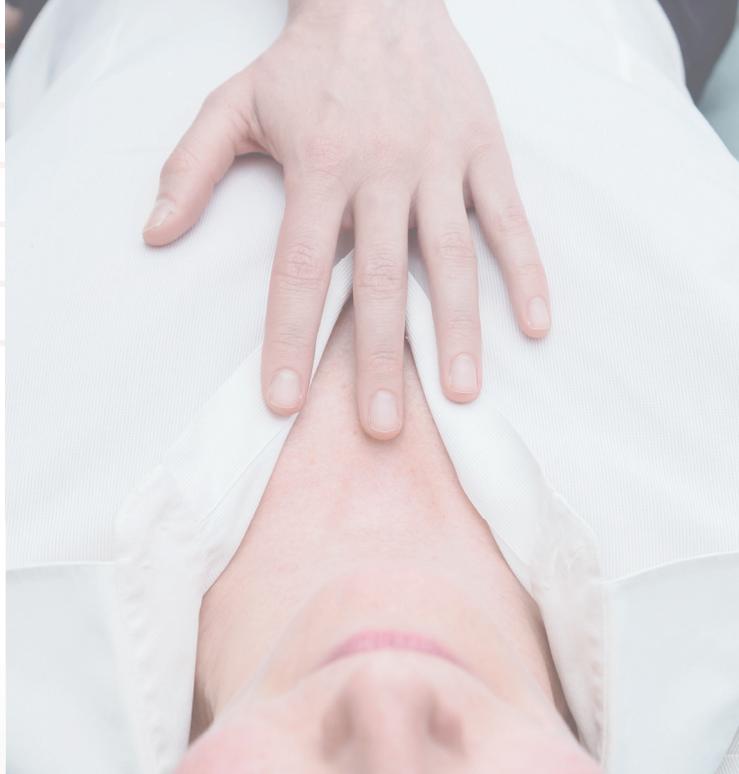
réveille, renforce
et **dynamise**
le corps

assouplit les
articulations
et **stimule** les
organes

Se pratique
debout ou assis
sur tapis au sol

**Diminue les
tensions
psychiques et
émotionnelles,**
dynamise, enracine
et stabilise

**Réduit les
tensions
physiques et**
les douleurs
associées



Aurélia

AURÉLIA
Ducarin Guitton

Praticienne de Shiatsu
Traditionnel et Thérapeutique



06 13 57 44 45



aurelia.ducaringuitton@gmail.com



<http://shiatsu-qineizang.fr/shiatsu-en-entreprise>

SIRET : 798 101 424 00017
RCP : MMA Entreprise - MEDINAT n° 114 241 615

Aurélia

AURÉLIA
Ducarin Guitton



L'art manuel du Shiatsu
au service de votre entreprise

QU'EST-CE QUE LE SHIATSU ?

Le shiatsu est une **technique manuelle japonaise**, fondée sur la **médecine traditionnelle chinoise**, consistant en un enchaînement d'acupressions le long des méridiens dans le but d'**harmoniser la circulation de l'énergie** dans corps et assurer le **bon fonctionnement du corps et de l'esprit**.

Le shiatsu traite les déséquilibres émotionnels, physiques et psychiques avant qu'ils ne conduisent à la maladie.

En complément de la médecine occidentale, le shiatsu **améliore vos ressources physiques, vos capacités psychiques et l'apaisement émotionnel** pour combattre la maladie et réduire les manifestations secondaires de la maladie (fatigue, douleur, dépression...).

Le shiatsu ne se substitue à aucun traitement médical. Il ne sera fait aucun diagnostic ou préconisation d'ordre médical.



QUELS SONT LES EFFETS DU SHIATSU ?

Réveil physique et dynamisme intellectuel

Détente émotionnelle et mentale

Amélioration de la concentration et gain de sérénité

Soulagement des tensions et douleurs associées

Réduction des maux rencontrés en entreprise :
anxiété, fatigue, stress, irritabilité, insomnie, hypertension, mauvaise digestion...

UN SOIN INDIVIDUEL QUI RENFORCERA VOS ÉQUIPES ET VOTRE ACTION

Réduit les risques psycho-sociaux (R.P.S)

Améliore l'environnement de travail

Assure une harmonisation des équipes par un mieux-être individuel

Répond aux problématiques RH de Qualité de Vie au Travail (Q.V.T.)



A_{dg}

MON EXPERTISE



Diplômée de l'**École de Shiatsu Thérapeutique de Paris** après 4 ans de formation validés chaque année par des examens théoriques et pratiques.

Expérimentée avec à ce jour plus de **2 500 heures de pratique en cabinet, en entreprises et en institutions hospitalières.**

J'organise des ateliers collectifs plusieurs fois par semaine en cabinet et en entreprise.



Ancienne juriste d'affaires internationales au sein de grandes entreprises, connaissant les exigences et besoins de l'entreprise et des employés, je saurai être parfaitement adaptée à la **confidentialité**, la **punctualité**, la **discrétion** et autres valeurs éthiques de votre entreprise.

ORGANISATION

Le matériel nécessaire est fourni par la praticienne



Vous réservez un espace dans vos locaux



Prise des rendez-vous en amont avec réservation ferme (modalités à mettre en place ensemble)



Devis gratuit, règlement sur facture

