

RECONNAISSANCE DU SHIATSU

En 1955 le ministère de la santé nippon le baptise shiatsu et le reconnaît comme médecine préventive à part entière.

En France c'est dans les années 70 qu'il est introduit. Il est depuis 1997 reconnu par le parlement européen comme faisant partie des " 8 médecines alternatives et complémentaires dignes d'intérêt " au même titre que l'ostéopathie par exemple.

La démarche orientale vers la santé a toujours consisté à augmenter la vitalité et à prévenir la maladie plutôt que lutter contre la maladie une fois attrapée.

Shizuto Masunaga

L'âme du Shiatsu est semblable à l'affection maternelle ; la pression des mains fait jaillir la vie.

Toru Namikoshi

FORMATION-DIPLÔMES

ÉCOLE DE SHIATSU THÉRAPEUTIQUE (EST)

Diplôme de shiatsu familial

Diplôme de Shiatsu traditionnel

Diplôme de shiatsu thérapeutique (*en cours de validation*)

EXPÉRIENCE

Au sein de l'**AIST** (*Association Internationale de Shiatsu Thérapeutique*) :

Hôpitaux (Cochin, Necker, Trousseau, Saint - Antoine, Corentin-Celton) / Centres sociaux, médicaux (Tolbiac accueil de jour handicapés) institutions (BNF, MRES).

AUTRES

ADGVE (centre social d'Essonne)

Les êtres humains professionnels (association artistique pluridisciplinaire) / **Eishin dojo** sur des praticiens d'aïkido / shiatsu à domicile.

TARIFS SÉANCES À DOMICILE

Shiatsu thérapeutique

60€ - Séance 1h (soin 45min + entretien)

50€ - Séance courte (30min + entretien)

70€ - Séance longue (1h + entretien)

Forfait plusieurs séances possibles

(plus d'informations sur demande)

+ entre **5€** et **15€** de déplacement, selon la distance

CONTACT

MARIE TCHARCACHIAN

mtchark@gmail.com • 06.01.74.54.66

SHIATSU



QU'EST-CE QUE LE SHIATSU ?

Le shiatsu est un **art de soin manuel et énergétique** qui prend racine dans les anciennes traditions de massage japonaises. Il est relié également à la médecine plurimillénaire chinoise (MTC), et s'est enrichi de l'apport de techniques plus modernes (telles que la chiropractie par exemple).

Art original donc, usant de tsubo, **pressions rythmées le long des méridiens d'acupuncture** (Ces méridiens sont des canaux invisibles parcourant tout le corps, dans lesquels l'énergie circule de façon privilégiée, liés aux organes mêmes et reliant toutes les fonctions du corps ensemble).

Ce soin holistique prend en compte l'individu dans sa globalité :
physique,
émotionnelle,
mentale, spirituelle.

COMMENT SE DÉROULE UN SOIN ?

Après une **prise des pouls** et un **échange** visant à cibler le déséquilibre et la demande du receveur, le protocole peut commencer.

Le praticien imprime pour soigner des **pressions avec les pouces** principalement, et parfois avec les paumes de mains, sans aiguille donc.

Ces pressions font un tour complet du corps (dos, jambes, pied, jambes encore, torse, bras et tête). On peut y joindre aussi des **étirements**, balancements, mobilisations articulaires, frottements, « griffes » et « percussions » pour faire circuler l'énergie bloquée. S'intercalent également des temps de pause ... **pose des mains** pour calmer, écouter le corps du receveur et laisser le temps de sentir la vibration continuer toute seule. On entre en communication avec l'énergie, on se concentre en s'arrêtant sur des **points clés choisis**.

Dans cette recherche d'équilibre, le shiatsu se fera **tonifiant, apaisant, harmonisant ou drainant** suivant l'intention que l'on veut lui donner, et les besoins de la personne soignée.



QUELS EN SONT LES PRINCIPAUX BIENFAITS ?

- Restaure l'équilibre, stimule les défenses naturelles de l'organisme : renforce le système immunitaire soutient les facultés d'auto guérison du corps.
- Aide à chasser les tensions psychiques (stress, anxiété, angoisse, dépression) et physiques.
- Détend les tissus, fait circuler énergie, sang et liquides organiques, lève les stagnations.
- Favorise le sommeil.
- Aide à récupérer dans les cas de surmenage, burn-out.
- Aide à diminuer les troubles rhumatologiques, respiratoires et ORL, digestifs, gynécologiques, urinaires, circulatoires.
- Soulage les douleurs : ostéo-articulaires, des tête, ventre et dos.

Le receveur est allongé sur un tatami ou un tapis de sol, vêtu d'habits souples. Le donneur à genoux à ses côtés.