



## CONTACT



+687 86 01 37



zenergie.shiatsu@hotmail.com



111 Av du Général de Gaulle  
Baie de l'Orphelinat  
Nouméa



## FORMATION SHIATSU

- **2016-2019** 540h de formation par l'Ecole de Shiatsu de Nouvelle Calédonie
- **2019** Certificat de Praticienne en Zen Shiatsu par la Fédération Française de Shiatsu traditionnel

## FORMATION INITIALE ET AUTRES

- Diplôme de Docteur en Pharmacie
- Diplôme de Formateur pour adultes

# Emmanuelle Beaujeu

PRATICIENNE EN ZEN SHIATSU

## QU'EST CE QUE LE SHIATSU ?

C'est une pratique d'origine japonaise, signifiant littéralement pression des doigts, basée sur les principes de la Médecine Traditionnelle Chinoise et mêlant l'art du toucher.

Cette discipline manuelle de régulation de la circulation de l'énergie vitale, le Qi, est pratiquée par des étirements et des pressions sur l'ensemble du corps, en particulier sur les trajets des méridiens et sur les points d'acupuncture.

Le toucher en Zen Shiatsu est doux et profond pour apaiser, relaxer et retrouver un équilibre sur les plans physique, émotionnel et psychique.

## LES BIENFAITS DU SHIATSU

En agissant sur le système des méridiens d'acupuncture, le Shiatsu permet d'activer le système nerveux para-sympathique responsable de la récupération, de la relaxation et du bien-être. Il contribue à l'amélioration de la santé au sens de la définition de l'OMS comme « état de bien-être physique, mental et social ».

Sans se substituer à un avis médical ou à un traitement médical, les bienfaits sont multiples avec l'objectif de corriger les déséquilibres de l'organisme, d'améliorer la santé (par exemple réduction de la douleur, régulation du sommeil, diminution de l'anxiété ...).

C'est aussi un formidable outil de prévention grâce au rééquilibrage énergétique et au retour à soi qu'il procure.

