

La Lettre

“de l'Institut Français de Shiatsu”

Lettre trimestrielle
de l'Institut Français de Shiatsu

N° 25 – PRINTEMPS 2008
- 8 € -
le 12 MARS 2008



Directeur de la publication:
Michel Odoul
Imprimé par l'I.F.S.

Abonnement plein tarif: 30 €
Tarif préférentiel réservé aux
adhérents du Centre: 20 €
Les abonnements sont souscrits
pour une série complète, à compter
du numéro de septembre-décembre
de l'année.

Dépôt légal à la date de
l'impression
ISSN 1633-6186

Institut Français de Shiatsu
106 rue Monge
75005 PARIS
Tél.: 01.45.87.83.17.
Fax: 01.45.87.65.96.

s.a.r.l. au capital de 7.622 €.
R.C.S. Paris B 433 989 787

www.shiatsu-institut.fr

www.reflexologie-institut.fr

La reproduction partielle ou totale
des articles de cette lettre est
interdite sauf autorisation préalable.

ÉDITORIAL

Peut-être bien que la vérité n'a finalement besoin que d'une chose: de temps. Certains événements intéressant notre domaine, à savoir la santé, nous en apportent un nouvel exemple.

Brièvement mais ce, malgré tout, dans la plupart des médias nationaux, a été publiée mi-février, une information incroyable concernant le cancer du sein: le nombre de nouveaux cas a diminué de plus de 10% entre 2005 et 2006! Bonne nouvelle n'est-ce pas et l'on ne peut que s'en réjouir. Cependant le plus intéressant dans l'étude scientifique qui a conduit à cette conclusion, réside dans la cause mise en évidence de cette baisse: *la réduction du nombre de cancers du sein en France est due à l'importante diminution (plus de 60%) des traitements hormonaux de la ménopause!*

Diantre! Certains représentants de nos instances médicales étaient pourtant vivement remontés au créneau, après les résultats de l'étude, américaine bien sûr, qui avait pointé la première, en 2002, le risque majeur lié à la prise d'hormones de synthèse. Ils nous avaient ainsi doctement expliqué que, en France *ce n'était pas pareil...* Cela ne s'appelle t-il pas le complexe de Tchernobyl, vous savez ce nuage intelligent qui avait *évit*é la France... Combien de femmes ont-elles de ce fait, continué depuis 6 ans à consommer de ces hormones? A l'instar de toutes celles, qui, pendant des décennies, avaient été traumatisées par les « informations scientifiques » sur les « risques » liés à la ménopause et furent « fortement » incitées à la prise de ces traitements si efficaces. Que toutes celles qui avaient alors refusé ces traitements, se souviennent de la façon dont elles furent considérées ou de ce dont elles furent accusées.

Les quatre auteurs de cette étude, publiée dans le Bulletin du Cancer en janvier 2008, Hubert Allemand, Philippe Ricordeau, Brigitte Seradour et Alain Weill, sont très clairs quant à leurs conclusions et balayent d'un revers les arguties: « *il n'y a pas à notre connaissance d'autre modification majeure (que la diminution des traitements hormonaux de la ménopause) dans l'environnement français pouvant permettre une explication alternative à ce phénomène paradoxal: la baisse de l'incidence du cancer du sein en pleine période de déploiement de son programme de dépistage* ». Et ce n'est

Vérité...

pas peu dire puisque sur la période étudiée, le nombre de cas nouveaux de cancer du sein a diminué de plus de 10% alors que le nombre de mammographies a augmenté de 335%. Cette augmentation aurait dû impliquer, de façon « naturelle » une forte augmentation proportionnelle du nombre de nouveaux cas dépistés (ce que les autorités attendaient d'ailleurs...).

Ce constat de lien entre hormonothérapie et cancer du sein n'est pas limité à notre pays. Les Etats-Unis en premier lieu puis le Canada et la Grande-Bretagne ont mené des études équivalentes ayant conduit aux mêmes conclusions. Mais malgré cela, un certain nombre de représentants du corps médical continue à contester ce lien.

Alors que penser aujourd'hui de ce qui se passe avec le vaccin sur l'Hépatite B, pour lequel deux laboratoires de stature mondiale, Glaxo SmithKline et Sanofi Pasteur MSD, ont été mis en examen.

Ce dossier sera sans doute intéressant à suivre car la mise en examen a été faite à l'encontre des dirigeants de l'époque incriminée, personnalisant et responsabilisant ainsi les dossiers. Que dire également de ces antidépresseurs miraculeux et prescrits comme des « sucreries inoffensives de l'âme », qui s'avèrent ne pas être plus efficaces que des placebos mais que l'on soupçonne d'induction de passage à l'acte? Que penser enfin de ce nouveau vaccin, lancé à grand renfort de communication et de publicités prosélytes, qui est sensé prémunir du cancer de l'utérus? Seulement quelques semaines après son lancement, la très officielle Agence Européenne du Médicament (AEMA), a déjà reçu plusieurs dossiers relatifs à des décès suspects de jeunes femmes et en a reconnu deux (un en Allemagne, l'autre en Autriche).

La vérité finit toujours par émerger, mais comme je l'écrivais plus haut, elle a besoin de temps pour émerger seule. C'est cela qui fait qu'elle coûte cher, très cher. Et dans le domaine qui nous intéresse, cela se chiffre en vies, en handicaps, en accidents, etc. Cela ne me semble pas acceptable, alors chaque fois que c'est possible, essayons d'aider un peu cette vérité à naître.

La vérité finit toujours par émerger, mais comme je l'écrivais plus haut, elle a besoin de temps pour émerger seule. C'est cela qui fait qu'elle coûte cher, très cher. Et dans le domaine qui nous intéresse, cela se chiffre en vies, en handicaps, en accidents, etc. Cela ne me semble pas acceptable, alors chaque fois que c'est possible, essayons d'aider un peu cette vérité à naître.

Michel Odoul.

La Réflexologie... en France.



Un dossier réalisé par Elske Miles et Michel Odoul.

Ainsi que nous l'avions évoqué lors de notre précédente lettre, nous avons été invités, en janvier, Elske et moi-même pour effectuer une intervention lors du Congrès National de la Fédération Française des Réflexologues (FFR). Au-delà du succès de notre intervention sur le thème « symboliques corporelles et réflexologie », cette intervention nous a permis de rencontrer un certain nombre de représentants de la Réflexologie en France et notamment Philippe Rizzo, Président de la FFR. C'est à son invitation que nous étions venus à Bordeaux où le congrès avait lieu. Je fais avec lui, dans les lignes qui suivent, le point sur la situation de la Réflexologie en France où la technique de type « Ingham » est la plus répandue. Nous avons également rencontré Hans Van Der Werff, représentant du R.i.E.N. (prononcer « rine »), le Reflexogy in Europe Network, organisme représentatif au niveau européen des approches alternatives. De plus nous avons eu le plaisir de rencontrer David Tran, réflexologue professionnel bien connu et spécialiste de la Réflexologie Chinoise. Nous avons alors convenu d'une rencontre plus longue afin de réaliser une interview sur sa pratique, que vous pourrez lire plus loin.

Michel Odoul.



MO: Philippe Rizzo bonjour et merci d'être venu à l'Institut pour nous parler de la Réflexologie plantaire en France. Pouvez-vous nous parler de la situation actuelle de cette pratique, telle que vous la percevez dans votre Fédération.

PR: La Fédération Française des Réflexologues a été créée il y a 10 ans par Martine Faure-Alderson. Il y a beaucoup de travail à faire car je suis assez insatisfait de la situation interne actuelle et ce à 2 titres.

Tout d'abord en ce qui concerne l'organisation propre, nous sommes dans une situation où quelques écoles dominent et il me faut me battre pour permettre à d'autres d'intégrer la FFR. Cela passe par une définition de cursus minimum, défini selon les références établies par le RiEN. Aujourd'hui ces références sont de 25% de cours portant sur l'anatomie / physiologie / pathologie, 25% de cours théoriques portant sur l'histoire et les grands principes de la Réflexologie et 50% de cours de pra-

tique pure en Réflexologie. Le cursus doit être d'environ 200 heures.

Beaucoup d'écoles n'atteignent pas ces quotas, d'autres rajoutent des pratiques plus ou moins ésotériques, etc. Ce que j'aimerais mettre en place, à la fois pour ne laisser personne sur le bord du chemin et aussi pour « tirer tout le monde vers le haut », serait une sorte d'adhésion probatoire. Cette adhésion probatoire serait de 3 années au cours desquelles, l'école concernée devrait mettre son enseignement en conformité avec nos standards. Si, en fin de période probatoire, l'école a atteint cet objectif, elle devient adhérente à part entière de la FFR. Je travaille donc sur ce dossier pour lequel je me bats avec toute ma conviction.

D'autre part, je suis quelqu'un de dynamique et qui veut que les choses aillent de l'avant. C'est pourquoi je tiens à ce que la FFR s'implique au niveau européen. Mais ce n'est pas simple et je rencontre beaucoup de peurs.



C'est d'ailleurs ici que se situe mon deuxième sujet d'insatisfaction concernant le statut de la Réflexologie en France, lié à une certaine partie des réflexologues eux-mêmes. En effet, j'ai été très contrarié par cette question qui a émergé lors du congrès, au sujet du revenu potentiel des praticiens qui serait trop faible pour en vivre. J'étais très en colère, car pour moi elle traduit un certain état d'esprit. Mais bon sang, évidemment que c'est difficile au début. Il faut se bouger un peu, il faut se battre. Qu'est-ce que l'on croit? Qu'il suffit d'avoir un diplôme et ensuite d'attendre le client? Nous sommes des profes-

Dans la lutte contre une doctrine, on n'est pas assez fort si on ne connaît que son côté faible.

Alexandre Vinet.

DOSSIER

sions libérales et ce que nous gagnons n'est pas garanti par le simple fait de s'installer.

PR: La forme la plus pratiquée est la forme « occidentale » c'est-à-dire de type « Ingham » ou « Marquardt ». C'est la forme la plus connue et la plus « reconnue » notamment dans les pays scandinaves et en Allemagne où elle est pratiquée en milieu clinique. Mais ce ne sont pas les seuls pays à être en pointe dans le domaine. Il faut savoir par exemple qu'en Israël les médecines alternatives complémentaires suscitent l'intérêt des milieux médicaux. La Réflexologie Plantaire est par exemple admise en milieu hospitalier et prise en charge par les assurances maladie. Elle y fait l'objet d'études et participe aux méthodes de soins proposées aux malades (*ndlr: une des intervenantes du Congrès a d'ailleurs fait un exposé très intéressant sur sa pratique professionnelle en Israël*). Les réflexologies chinoises et de type « école sud-africaine » sont peu présentes. Mais je suis un homme d'ouverture et je suis tout à fait décidé à leur permettre une plus grande présence dans notre fédération. Personnellement je continue à me former, notamment à la réflexologie faciale et à la réflexologie palmaire, qui me passionnent. Je crois vraiment que la force naît de la diversité.

les écoles au niveau européen et de défendre la Réflexologie. Mais d'autres approches alternatives comme le Shiatsu par exemple peuvent adhérer.

Pour atteindre ses objectifs, le RiEN organise un congrès tous les 3 ans et a établi un code d'éthique, un Registre des thérapeutes et un cursus minimum officiel pour pouvoir prétendre à un diplôme. Afin de développer la pratique de la Réflexologie, le RiEN agit pour stimuler la recherche scientifique et les initiatives, apporte son aide sous forme de conseil et d'assistance aux écoles qui le demandent. Le RiEN exerce enfin une action de lobbying au niveau du Parlement Européen.

Cette année, c'est la FFR qui organise en France, le Congrès du RiEN qui aura lieu à Paris les 10 et 11 mai prochains.



MO: Nous avons connu le même problème et il est vrai que le rôle d'une Fédération est de dynamiser ses membres pour qu'ils croient en leur métier. Que peut faire la FFR pour aider à une meilleure conscience de cela?

PR: Elle insiste sur la responsabilité individuelle et sur celle des formateurs qui doivent clairement expliquer cela aux élèves. Je réfléchis sur une aide, un conseil à l'installation (*ndlr: à l'instar des dossiers d'installation que nous remettons aux élèves diplômés qui le souhaitent*). Je travaille également sur le statut fiscal des réflexologues et j'ai entamé avec des avocats spécialisés une étude sur la possible exonération de TVA pour les consultations en Réflexologie. Le dossier n'est pas simple mais nous le défendrons au mieux. Je compte enfin sur le champ européen dont le statut des réflexologues français pourrait gagner beaucoup en s'harmonisant sur ce qui existe par exemple en Allemagne ou en Grande Bretagne.

MO: Vous évoquiez précédemment le RiEN. Pouvez-vous nous en dire un peu plus sur cet organisme ?

PR: Le RiEN (*ndlr: il faut prononcer « rine »*) est un organisme qui a été créé en 1995 et qui regroupe 35 organisations (associations, écoles, etc.) de 20 pays différents.



Il adhère lui-même à l'EFCAM qui est un autre organisme européen d'étude et de défense des approches alternatives (*ndlr: nous avons présenté l'EFCAM dans la lettre n° 18 de l'été 2006*). Le RiEN s'est fixé plusieurs objectifs. Son but premier est de réunir

MO: Que doit faire une école pour adhérer à la FFR?

PR: Elle doit constituer un dossier justifiant du contenu de son enseignement et nous l'adresser, accompagné d'une lettre de motivation. Ce dossier est étudié lors de l'une des réunions trimestrielles du bureau, qui statue. L'école est ensuite informée de la décision du bureau.

MO: Quelle vision avez-vous pour le futur de la Réflexologie?

PR: Mon rêve ce serait de réunir toutes les écoles afin de réunir toutes les forces. Il faut arrêter les guerres de clochers et se mettre ensemble autour de la table. Je suis très heureux chaque fois que je participe aux réunions du RiEN car ces rencontres européennes démontrent avec force que c'est possible. Nous y arriverons.

MO: Merci Philippe Rizzo.



MO: Quelle est la forme de Réflexologie la plus pratiquée en France?

La Réflexologie en France... suite



Dans le cadre de ce dossier nous avons souhaité interviewer l'un des membres éminents de la FFR, David Tran. Son nom est bien connu dans le milieu de la Réflexologie, que soit en tant que praticien professionnel ou bien tant qu'enseignant et depuis quelques jours en tant qu'auteur. David Tran vient en effet de publier un très beau livre sur sa pratique de la Réflexologie Plantaire. On sent, à travers ce livre dont vous pouvez lire la critique dans cette lettre, la force de la « présence » culturelle chinoise même si la base fondamentale est de type « Ingham ».

La rencontre fut agréable et j'ai découvert (Elske le connaissait déjà) un homme affable, ouvert et dont la vision de la pratique et du praticien est tout à fait en phase avec ce que nous pensons à l'Institut. Lisez plutôt.



Sur les pas de Tao Wei. Une rencontre avec David Tran.

Michel et moi avons eu le grand plaisir de rencontrer David Tran dans son cabinet de réflexologie appliquée, boulevard Maiesherbes, dans un des très beaux quartiers de la capitale. Depuis près d'une décennie, c'est une adresse de référence sur la place de Paris. Pour ce numéro de *La Lettre*, nous vous présentons cette figure emblématique de la réflexologie en France dont la notoriété a surtout été assise par ses compétences en tant que praticien.

C'est avec joie que je constate que les qualités les plus fondamentales pour réussir en tant que praticien de réflexologie sont réunies chez David : l'ouverture d'esprit, la modestie et la qualité de l'être. Très simplement, il nous dit que cela fait vingt-cinq ans qu'il est « élève en réflexologie », ce qui signifie pour lui que cela fait vingt-cinq ans qu'il est diplômé et qu'il pratique la réflexologie plantaire mais qu'il continue à apprendre tous les jours.

Mais comment en est-il arrivé à étudier la réflexologie plantaire ? Comme il est souvent le cas dans le choix de ce type de démarche thérapeutique, le chemin de David est singulier. En Chine, il a commencé par étudier le droit. Mais au bout de quatre ans d'étude il s'est rendu compte qu'il ne souhaitait pas faire le métier de son grand-père. Il s'est ensuite

tourné vers l'informatique avant de commencer finalement à étudier la médecine chinoise. Comme il avait une appréhension de la technique de l'acupuncture (il n'aime pas du tout les aiguilles), il se voyait mal persévérer dans la voie de l'acupuncture qui était pourtant la base de l'enseignement en Chine.

Et c'est à ce moment délicat où il devait décider de son avenir professionnel, qu'il a fait un rêve. De son subconscient a surgi un être lumineux lui rappelant qu'il pourrait toujours vivre des pieds... Heureusement que David Tran alias Tao Wei – son nom chinois signifiant « Chemin de Lumière » - a su écouter cette voix intérieure pour découvrir l'existence de la réflexologie plantaire.

C'est donc par une véritable vocation que David a commencé à cheminer le long de cette voie permettant de « voir » l'invisible ou le non-manifesté par le toucher. Pour lui, c'est probablement cette dimension du contact qui faisait défaut dans l'acupuncture. Rien que de l'entendre parler de l'importance du toucher dans l'art de soigner, reflète la profondeur de la compréhension humaine qu'il a de son travail.

Aussi dit-il que le corps est comme un enfant. Si l'on veut qu'il se révèle, il faut savoir lui plaire, lui donner des bonbons, par exemple. De la même façon, si le praticien veut pouvoir écouter l'histoire que racontent les pieds de son patient, il faudrait savoir mettre à l'aise la personne. Ce n'est certainement pas en imposant d'offi-



ce une « réponse » thérapeutique toute faite que l'on obtiendra des résultats bénéfiques pour le patient. Ce n'est qu'une fois que la personne est détendue que son état de santé se révèle vraiment sur les pieds. Comme le dit David très justement, les pieds ne mentent jamais, c'est notre deuxième visage.

Selon David, la réflexologie est une science, mais c'est aussi un art et une philosophie. C'est pour cela que c'est une discipline qui évolue constamment. Sa vision dynamique de la réflexologie se traduit notamment par sa maîtrise de plusieurs techniques de réflexologie, mais aussi dans son appartenance à un groupe de recherche en matière de réflexologie. Ce groupe de travail est basé en Chine. Le but des recherches est de mettre en place de nouveaux protocoles et d'échanger librement entre praticiens des trouvailles susceptibles de faire avancer les recherches dans cette « médecine du troisième millénaire ».

Il n'existe aucune situation que l'on ne puisse altérer par le devoir et la tolérance.

J. W. Goethe.

DOSSIER

Si le centre de recherches en réflexologie appliquée se trouve en Chine, c'est grâce aux résultats inattendus obtenus, il y a une dizaine d'années, dans un hôpital à Pékin, par la réflexologie plantaire sur des cas de cancer de la thyroïde – pathologie pour laquelle il n'y avait pas de résultats probants dans les autres disciplines.

Si le centre de recherches en réflexologie appliquée se trouve en Chine, c'est grâce aux résultats inattendus obtenus, il y a une dizaine d'années, dans un hôpital à Pékin, par la réflexologie plantaire sur des cas de cancer de la thyroïde – pathologie pour laquelle il n'y avait pas de résultats probants dans les autres disciplines.

Depuis le succès de ce traitement, la réflexologie a été intégrée partout en Chine et en Thaïlande dans des milieux cliniques. Le protocole consiste à faire un nombre de soins très intensifs, deux fois par jour pendant plusieurs semaines. Dans les centres de recherches, un patient peut être amené à recevoir un soin qui dure toute la nuit si le biorythme du corps montre que c'est le moment favorable. Dans ce cas, plusieurs thérapeutes travaillent à tour de rôle sur les pieds pendant 8 heures d'affilées.

Ce qui caractérise les recherches en Chine, c'est la base empirique s'inscrivant dans la vision d'ensemble des dimensions du corps. C'est bien la médecine chinoise qui a permis d'éclaircir les liens existant entre la dimension somatique, l'énergétique et l'esprit.

Plus près de chez nous, David a eu l'occasion d'intervenir en milieu hos-

pitalier, à la demande de la famille de patients. Il nous parle d'une expérience étonnante à Garches où, suite aux soins de réflexologie, un patient est revenu à la conscience après trois mois de coma. Il est fort intéressant de constater la différence de réaction du corps médical entre l'exemple cité plus haut en Chine et celle du corps médical en France. Les médecins de l'hôpital de Garches étaient, bien sûr, interpellés par le résultat, mais ceci n'a pas pour autant débouché sur la possibilité de faire des recherches ou d'essayer de reproduire dans le même service ce type d'expériences. Ils ont plutôt orienté le travail en réflexologie vers des personnes souffrant de dépression.

David reçoit effectivement de nombreux patients envoyés par des médecins de l'hôpital de Kremlin-Bicêtre afin de recevoir des soins pour des problèmes de dépression. Il considère que l'écoute qu'apporte le réflexologue à son patient constitue une part indispensable de son travail. Parfois les pieds « pleurent » à la place de la personne. Le travail du praticien devrait avoir la qualité de l'être lui permettant d'écouter la souffrance qui s'exprime sans la juger. Il dit clairement que quand on juge les pieds, on n'a pas encore la vocation à être réflexologue, parce que les pieds sont la personne.

Chaque paire de pieds est différente, « raconte une histoire différente ». C'est pour cela qu'il n'existe pas de recette en réflexologie. Pour David, il est simple de traiter le corps à condition que l'on sache l'écouter. Devant les résultats obtenus en réflexologie, des personnes s'exclament que c'est « miraculeux » ! Et pourtant, il ne s'agit pas d'un miracle, à moins que l'on entende par là que c'est toujours un miracle quand le corps s'exprime...

Lors de notre conversation, nous avons également abordé les types de troubles de la santé où les pieds ne réagissent pas, où les réflexes

s'avèrent sans résistance, sans consistance et entièrement indolores sous la pression la plus profonde. David appelle cet état, le signe de la douleur de l'âme. Il s'agit d'une douleur tellement profonde que la personne « n'habite plus ses pieds ». Il est très intéressant que, dans ces cas là, David adapte son toucher pour travailler tout en douceur. Ce qu'il décrit se rapproche du toucher que l'on apprend dans la technique sud-africaine. Le but de ce travail subtil et léger est de provoquer les larmes salutaires chez la personne qui s'est coupée de tout ressenti du fait d'une très grande souffrance.

Lors de notre échange passionnant, on a eu le temps d'évoquer bon nombre de cas qui pourraient faire le sujet d'une prochaine rubrique. Ce qui m'a particulièrement réconfortée dans la construction du cursus des réflexologies que nous enseignons à l'IFR, c'est de constater l'importance d'avoir la capacité de choisir entre plusieurs techniques pour faire des choix thérapeutiques responsables les plus appropriés à chaque individu.



Pour conclure, je redonnerai la parole à Tao Wei, « *c'est la main qui choisit la technique qui convient, qui cherche les points, la pression exacte : c'est l'intelligence de la main qui saura transmettre l'amour qui soigne* ».

Elske Miles.

Les médecines naturelles en France.

Lors de notre dernière participation au salon Médecine Douce & Thalasso, j'ai eu le plaisir de rencontrer Anne Schoumberger, l'une des responsables du salon, ainsi que Catherine Peutot, l'attachée de presse du salon. Elles m'ont fait part d'une enquête qu'elles ont fait réaliser par l'IFOP, sur « Les français et les médecines naturelles ». Je fus ravi de cette info car il s'agit d'une « première » pour notre domaine. En effet à ce jour aucun organisme de sondage de stature nationale, n'avait fait de véritable enquête sur le sujet. Les résultats sont fort intéressants et nous vous en proposons, en accord avec Médecine Douce & Thalasso, une synthèse qui montre à quel point les français font de plus en plus appel aux approches alternatives. On y découvre également que les jeunes générations ne sont pas en reste, bien au contraire. Lisez plutôt.

Michel Odoul.



Sondage exclusif MEDECINE DOUCE & THALASSO/MFIF/IFOP « les Français et les médecines naturelles »

Les médecines naturelles s'accroissent fortement dans les pratiques de soins !

En avant-première à l'ouverture de Médecine Douce & Thalasso, la SPAS, société organisatrice du salon, en partenariat avec la mutuelle MFIF⁽¹⁾, a voulu enquêter sur le comportement des Français vis-à-vis des médecines naturelles.

Les résultats du sondage de l'IFOP⁽²⁾ montrent à quel point elles ont désormais leur place dans nos pratiques de santé.

Principaux enseignements

Plus d'1 Français sur 3 a recours aux médecines naturelles, les femmes plus que les hommes, les moins de 35 ans plus que leurs aînés. L'homéopathie et l'ostéopathie figurent dans le peloton de tête des spécialités les plus utilisées. Les Français recourent aux médecines naturelles avant tout pour prendre moins de médicaments mais également parce qu'ils les jugent efficaces. Efficaces en matière de prévention, pour traiter les pathologies bénignes ou liées au stress mais aussi, signe des temps, en accompagnement des traitements de maladies plus lourdes. Pour la plupart d'entre eux, le choix du praticien en médecine naturelle découle du

bouche-à-oreille. La moitié est prête à changer de mutuelle pour être mieux remboursée et une large majorité, utilisatrice ou non, pense que ces médecines pourraient participer pleinement à l'équilibre économique du système de santé en France.

• Plus d'1 Français sur 3 à recours aux médecines naturelles

- 39% des Français déclarent avoir eu recours aux médecines naturelles au moins une fois dans l'année et parmi eux **près d'1 femme sur 2 (47%) et près d'1 homme sur 3 (31%)**. Preuve qu'elles ont désormais toute leur place dans notre système de santé.

- Les utilisateurs de **moins de 35 ans recourent plus facilement** aux médecines naturelles **que les plus de 35 ans** (respectivement 40% et 38%). **De 25 à 34 ans, ils sont 46%**. L'expérimentation, essentielle dans ce domaine, reste l'apanage de la jeunesse.

- Ce sont les personnes appartenant aux **catégories socioprofessionnelles** les plus élevées (50%) qui font le plus appel aux médecines naturelles, les employés (41%) plus que les retraités (37%) et les ouvriers (31%). Les **écarts** sont finalement moins importants qu'on aurait pu l'imaginer.



- Enfin, on constate que c'est dans le Sud de la France et à l'Ouest que se concentrent le plus grand nombre d'utilisateurs (entre 47% et 44%) ainsi que dans les communes urbaines de province (42%). La **région parisienne arrive en queue de peloton** tant pour le nombre d'utilisateurs (27%) que vis-à-vis de son classement dans la catégorie des agglomérations les plus représentatives (28%).

• L'homéopathie et l'ostéopathie en tête des spécialités les plus utilisées.

- Au classement des disciplines les plus prisées par les Français qui ont recours aux médecines naturelles, **l'homéopathie** tient la première place (27%) suivie de **l'ostéopathie** (15%), de la phytothérapie (10%) et de l'acupuncture (5%).

- Parmi les autres disciplines citées spontanément (5%) figurent la chiropratique, la kinésithérapie, la mésothérapie, le shiatsu ou encore l'aromathérapie. Des disciplines encore confidentielles il y a quelques années mais qui montent en puissance.

• Prendre moins de médicaments : première motivation des Français

- 39% des Français ayant recours aux médecines naturelles, le font **pour prendre moins de médicaments**. 28% parce qu'ils **les jugent efficaces** et 19% parce qu'ils **se sentent en confiance avec leur praticien**. Des résultats en phase avec les aspirations actuelles qui vont vers plus de naturalité dans tous les domaines du quotidien y compris dans celui de la santé.

- La notion d'écoute, à la fois physique et psychologique, et la durée plus longue de consultation qui caractérisent les médecines naturelles, semblent aller de soi puisqu'elles ne représentent que 9% et 3% des critères cités en première instance.

- D'une manière générale, les femmes (31%) jugent les médecines naturelles plus efficaces que les **hommes** (22%), mais ces derniers (23%) s'avèrent **plus confiants** qu'elles (16%) **envers leur praticien**.

- Au regard du total des citations ayant motivé leurs recours aux médecines naturelles (les interviewés ayant pu donner deux réponses), le classement des critères reste logiquement identique. Quelques différences apparaissent en fonction de la tranche d'âge et du sexe.

- Si les écarts entre les moins et les plus de 35 ans sont peu importants en ce qui concerne la limitation de la prise de médicaments, ils se creusent très nettement au plan de l'efficacité. **Avant 35 ans, 65% des interviewés jugent les médecines naturelles efficaces, après 35 ans, ils ne sont plus que 48%.**

Le cap de la cinquantaine marque très nettement le basculement.

Plus d'1 personne sur 2 (55%) les jugent efficaces en accompagnement du traitement de maladies lourdes (cancers, Parkinson, Alzheimer...). C'est là le principal enseignement. Vis-à-vis des maladies du XXI^e siècle, la complémentarité entre médecines naturelles et médecine conventionnelle, prônée de longue date par l'OMS, est appelée à jouer un rôle de plus en plus important.

- C'est sur l'écoute psychologique que l'on note le plus grand écart entre le sexe féminin et le sexe masculin (9% et 10% en première citation, 28% et 19% en cumul des réponses). Les femmes sont **plus sensibles à la prise en compte psychologique** du patient. C'est d'ailleurs l'un des principaux reproches adressés à la médecine conventionnelle, exception faite des médecins de campagne.

• Légitimes en accompagnement des traitements lourds pour 1 Français sur 2

- Au palmarès des champs d'applications des médecines naturelles, les Français n'établissent quasiment **pas de distinction** entre la **prévention** (78%), le traitement des **maladies liées au stress** comme le mal de dos et les insomnies (77%) ou des **pathologies bénignes** comme le rhume et la grippe (76%). Et ce, quels que soient leur sexe, leur âge et leur profession.

- **Plus d'1 sur 2 (55%)** les jugent efficaces en **accompagnement** du traitement de maladies lourdes (**cancers, Parkinson, Alzheimer...**). C'est là le **principal enseignement**. Vis-à-vis des maladies du XXI^e siècle, la com-

plémentarité entre médecines naturelles et médecine conventionnelle, prônée de longue date par l'OMS, est appelée à jouer un rôle de plus en plus important.

• Les trois quarts des Français trouvent leur praticien par le bouche-à-oreille

- Parmi les Français qui recourent aux médecines naturelles, **75% déclarent l'avoir trouvé par le bouche-à-oreille** et **33% grâce à leur médecin traitant**. Internet participe à hauteur de 9%, la presse à hauteur de 6% et les organisations et syndicats professionnels seulement pour 3%. (Plusieurs réponses étaient possibles).

- Si le réseau relationnel continue de primer en matière d'orientation, on constate que le médecin traitant est également de bon conseil, preuve d'une ouverture de plus en plus importante vers des médecines dont certaines sont entrées en CHU.

• Les Français, les mutuelles et le système de santé...

- 50% des personnes qui plébiscitent les médecines naturelles se disent prêtes à changer de mutuelle pour bénéficier d'un meilleur remboursement des soins, plus de la moitié pour moins de 60 euros par mois mais tout de même 15% pour 100 euros.

- 82% d'entre elles pensent qu'elles pourraient contribuer à l'équilibre du système de santé en France. Et plus étonnant, 60 % des non-utilisateurs en sont également convaincus.

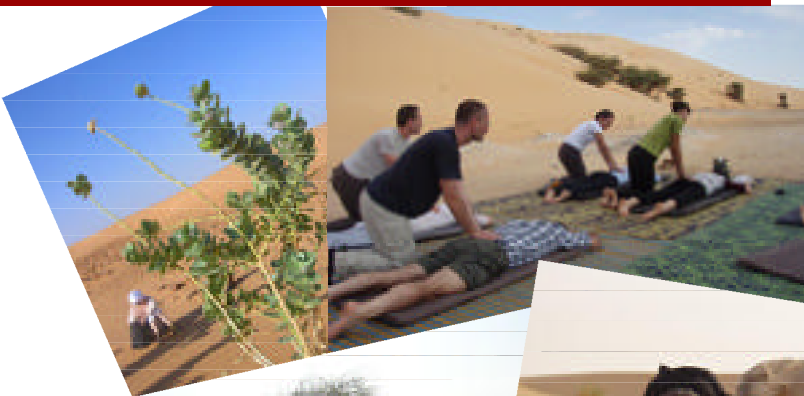
(1) Fondée en 1928, la MFIF (Mutuelle Familiale de l'île de France) se définit comme la première mutuelle qui rembourse mieux ceux et celles qui prennent en charge leur santé.

Pour en savoir plus : www.mfif.fr

(2) Sondage réalisé par l'IFOP, les 8 et 9 novembre 2007, sur un échantillon de 958 personnes, représentatif de la population française de 18 ans et plus. Interview par téléphone au domicile.

Merci à Anne Schoumberger et Catherine Peutot de m'avoir confié ces données.

Nous vous avons présenté dans une précédente lettre, le voyage « shiatsu et désert » qui devait avoir lieu en octobre dernier. L'actualité très chargée de la fin d'année ne nous avait pas permis de vous en faire un compte-rendu. C'est chose faite aujourd'hui et nous remercions tous les stagiaires participants pour les retours qu'ils nous en ont fait. Manifestement le voyage s'est bien passé et a apporté à la pratique du Shiatsu, ce cadre si particulier qu'est le désert. De la douceur, de la souplesse et du silence jusqu'au fond de l'âme.



Journal de bord du Mauritanius,

C'est un plaisir réel pour moi de vous parler du voyage « Désert et Shiatsu » qui s'est déroulé cet automne en Mauritanie du 27 octobre au 4 novembre. Un compte rendu est toujours un moment chargé d'émotion qui invite à ramener à la conscience des sensations enfouies mais toujours présentes dans le corps. Ce fut un séjour magnifique. Plusieurs raisons à cela.

Tout d'abord la forme : le désert du Sahara au cœur de la Mauritanie. Il a tenu toutes ses promesses. Le climat fut idéal; assez chaud sans être caniculaire la journée, et les nuits douces et étoilées. Nous avons même eu la chance de sentir la pluie quelques minutes au beau milieu de la nuit. Une telle sensation reste gravée dans la chair.

Le désert a apporté un environnement très favorable à la pratique du Shiatsu. La quasi-totalité des membres du groupe était des stagiaires de l'Institut. Nous avons par conséquent pu nous laisser aller, sans réflexion, à une pratique où la sensation, le ressenti profond du travail des énergies pouvait se faire. Il est particulièrement étonnant de pouvoir travailler dans un cadre où le fond sonore est « le silence », le vrai silence. Il ne s'agit pas d'une simple et apparente absence de bruit. Dans nos milieux urbains, il existe une sorte de « rumeur » de fond qui ne cesse jamais. Dans le désert, cette rumeur est absente, laissant ainsi un espace incommensurable dans lequel le travail du Shiatsu peut s'inscrire. Le sable quant à lui nous a offert sa tiède douceur « dure », un mélange de douceur au contact et de fermeté présente, sorte d'écho au geste Shiatsu. Etonnant!

Je tiens à remercier notre partenaire « Déserts » sur ce voyage. La logistique fut sans faille et cela a permis à chacun des participants de pouvoir se laisser

aller en confiance.

Le fond maintenant :

Cet état de confiance nous a permis de nous laisser faire, d'oser l'équilibre et la sérénité. Ces états ne peuvent pas se trouver dans

le contrôle et la maîtrise, mais bien dans le laisser faire, le sacré « lâcher prise » des orientaux que nous avons eu la chance de pouvoir expérimenter. Ce lâcher prise ne peut se faire en pensée, il n'est, que parce que l'on en fait l'expérience physique. Cette expérience a consisté à se laisser toucher et travailler par le geste shiatsu du partenaire et à laisser celui-ci agir en nous. Elle a consisté aussi à « se laisser marcher » ! Laisser un pas se faire, puis un autre et puis et puis... Oser cette expérience a permis à chacun d'accomplir des marches quotidiennes de plus de 3h30 en moyenne. Nous avons pu constater comment les ressources du corps étaient présentes, alors que le mental de certains pouvaient en douter au départ.

Cette même confiance nous a permis d'effectuer un travail du corps le matin (pour les lève-tôt), ainsi que tous les après midi et le soir. Nous nous sommes autorisés un vrai ménage en profondeur dont les effets se ressentent encore maintenant pour la plupart des participants. Voilà pour le racontable. Pour le reste, ce n'est tout simplement pas explicable avec des mots. Comment expliquer le bruit du silence... la magie des couleurs... l'odeur du désert... le contact avec le sable... être là, simplement là... et les bons petits plats préparés par Mimi, notre cuisinière toute dévouée. J'en ai l'eau à la bouche rien que d'y repenser. Les Chinois savent bien que tout n'est pas explica-



b | e avec les mots, quand on les interroge sur le Tao : « Le Tao ? Parler du Tao c'est déjà parler d'autre chose que du Tao ». L'expérience du Shiatsu dans le désert est du même ordre.

Ceci dit, il est bon de préciser aussi que certaines journées ont été éprouvantes. Bien sûr que le silence et le retour sur soi par le travail sur le corps peuvent produire des prises de conscience qui ne sont pas toujours confortables. Bien sûr que le retour au quotidien peut impliquer certains changements. C'est pour toutes ces raisons subtiles que l'on répond à l'appel du désert. Pour faire de l'envie d'aller toucher le corps de l'autre en profondeur, sans artifice, dans la simplicité de ce que nous sommes, une réalité.

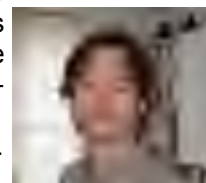
Merci à chaque participant d'avoir osé apporter ce qu'il est. Cela a permis de créer cette ambiance si particulière qui nous a permis de beaucoup rire...

Chacun a pu apprécier à son niveau les changements concrets dans le retour à son quotidien.

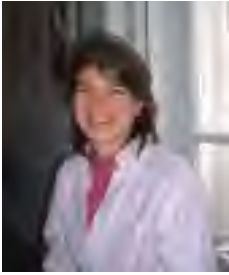
Pour ma part quel bonheur à chaque fois renouvelé de sentir chaque participant se simplifier, glisser du paraître à l'Être, naturellement.

Ce sera une grande joie pour moi de vous accompagner peut-être un jour lors d'un prochain voyage .

Bertrand Caillet.



- AROMATHEQUE - - AROMATHEQUE -



L'annonce d'un heureux événement...

Pour annoncer le retour de la lumière printanière dans l'hémisphère du nord, je vais évoquer une plante aromatique originaire d'Afrique du Sud où les journées se raccourcissent. Il s'agit du géranium odorant, à ne pas confondre avec le géranium ornant habituellement les balcons parisiens même si c'est aussi pour saluer les beaux jours. Tandis que le géranium ordinaire exprime toute sa beauté dans ses fleurs, le Pélargonium a des fleurs qui ne s'imposent guère. Par contre, au niveau du parfum, c'est toute la plante qui se comporte comme un bouquet floral. Il est rare de rencontrer un parfum aussi parfaitement fleuri dans les feuilles d'une plante. Ses feuilles recouvertes d'un duvet sont de couleur vert tendre. Même en vieillissant les feuilles préservent la couleur du printemps, la couleur de la vie qui revient à la naissance.

C'est la forme du fruit rappelant le bec de la cigogne, *pelargos*, en Grec, qui a donné son nom au pelargonium. On ne peut faire abstraction de la symbolique de la cigogne en matière de fécondité. Poursuivons l'association avec cet oiseau migrateur qui annonce le retour des beaux jours. Ce qui est sous-jacent à l'image de la cigogne, c'est bien évidemment la notion du cycle. Qui sera donc étonné de constater l'effet régulateur de cette huile essentielle sur le cycle féminin ? En plus, cette huile essentielle est traditionnellement considérée comme ayant des vertus aphrodisiaques pour la femme. Elle s'inscrit donc dans le domaine du féminin au sens large du terme. Cette huile essentielle est particulièrement indiquée pour des personnes stressées qui sont trop obnubilées par le devoir pour se laisser le temps de la réceptivité et de l'ouverture de leur champ de conscience.



La symbolique des oiseaux migrateurs contient une dualité fondamentale : si les migrateurs vont vers les jours plus longs, c'est parce que la nuit est en train de gagner du terrain... Ils fuient l'obscurité pour aller vers la lumière. Il est bien curieux que l'odeur du Pelargonium attire les esprits en quête d'optimisme tout en éloignant les moustiques et d'autres insectes étant nuisibles à l'être humain.

Il s'agit d'une huile essentielle merveilleuse pour faire lever le beau temps dans le cœur en chassant les nuages du doute et de toute pensée nuisible à votre bien-être. L'huile essentielle de Pelargonium asperum Bourbon est la variété biochimique la plus souvent utilisée en aromathérapie pour sa très précieuse fragrance florale et légèrement citronnée, habituellement bien appréciée de tous. Vous pouvez la diffuser pendant 10 minutes toutes les heures dans votre cabinet, au bureau ou chez vous pour assainir l'atmosphère et accueillir la bonne humeur. Vous pouvez également appliquer deux gouttes de l'huile essentielle sur le plexus solaire au coucher pour que la nuit apporte son éclairage à votre conscient.

Rappel : Cette huile essentielle étant potentiellement photo-sensibilisante, vous éviterez toute application avant de vous exposer au soleil ou aux UV.

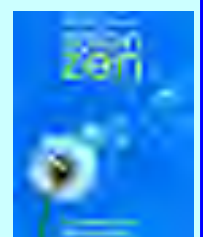
Elske Miles.

L'INSTITUT CONTINUE A PROMOUVOIR LE SHIATSU, LA RP ET LES HE.

L'Institut a été présent lors du salon Médecine Douce qui a eu lieu en février. Ce salon fut un succès, que ce soit en terme de fréquentation de notre stand, en terme de conférences où Elske et Michel firent salles comblées et dédicacèrent de nombreux ouvrages, ou en terme de communication médias. Plusieurs contacts journalistiques furent pris lors du salon et Michel fut interviewé par Radio Classique. Nous en sommes ravis car ce développement de notre notoriété porte déjà ses fruits; les stagiaires intéressés sont toujours plus nombreux et surtout les demandes de consultations affluent à l'Institut. Cela nous permet d'en répercuter de plus en plus vers les praticiens référencés.



C'est dans cet esprit que nous serons présents lors du prochain salon Zen qui se déroulera Porte de Champerret du jeudi 2 octobre au lundi 6 octobre 2008. Nous allons fonctionner comme à notre habitude. Nous n'effectuerons pas de démonstrations de shiatsu, nous ne vendrons pas de stage ni ne prendrons d'inscriptions mais nous répondrons aux questions des visiteurs afin d'apporter la meilleure information sur les activités de l'Institut. En dehors de notre stand, nous participerons à de nouvelles conférences, dont l'une sera animée par Michel dans le cadre des conférences officielles du salon.



Nous constituerons comme à l'habitude, par journée, une équipe d'assistants du meilleur niveau.

- LES MÉDIAS PARLENT DE L'INSTITUT - par Nelly

Glamour : Ce luxueux et chic... issime mensuel a consacré dans son n° de janvier 2008 un dossier intitulé : « un hiver à la cool » dont le 1^{er} sujet est « je me mets au shiatsu » et l'Institut est cité en référence « pour trouver un praticien partout en France ».



Télé 7 Jours : cet hebdomadaire de la télévision a consacré dans le numéro du 9 au 15 février 2008 sa page « Bien Etre » « au grand retour des médecines douces ». Elske Miles a été interviewée en préalable à la conférence qu'elle a donné sur les Huiles Essentielles au cours du Salon Médecine Douce. Elle a parlé de l'olfacto thérapie et de la phyto énergétique.



Energies : Dans la lettre précédente, nous vous informons que dans le numéro de janvier 2008, 5 pages sont consacrées à la réflexologie plantaire dont les cursus de l'Institut, à Michel qui est présenté comme un des grands experts de l'énergétique qui s'appuie pour les formations qu'il ne réalise



pas lui-même sur les meilleurs spécialistes, à savoir Elske Miles pour la réflexologie.

Naturo : le magazine de la naturopathie : Le numéro automne-hiver 2007 consacre 10 pages aux réflexologies, considérant que cette thérapeutique est d'abord un ensemble de techniques très variées, plantaire, faciale, endonasale, irienne, auriculaire, dentaire, etc.... Il consacre également 4 pages au shiatsu à partir d'un article rédigé par Michel. Le livre



« l'Harmonie des Energies » est cité en référence de même que le site Internet de l'Institut.

L'âge de faire : Ce mensuel parainé entre autres, par Albert Jacquard, Jean Marie Pelt, Pierre Rabhi a pour objectifs, la défense de l'écologie, de la citoyenneté et de la solidarité. Nous avons eu le plaisir d'être contacté par leur rédaction qui avait lu un article sur les huiles essentielles que nous avons publié dans une lettre et qui souhaitait le publier dans leur



revue. Le n° de janvier 2008 consacre une page à l'article et cite en référence « la Phyto énergétique ».

Europe 1 : Elske Miles a été invitée début janvier 2008 pour parler de la réflexologie plantaire. Sa performance et les témoignages présentés ont fait exploser le standard de l'Institut. Tout le monde recherchait un praticien....Nous avons renvoyé



plus d'une centaine d'appels sur nos praticiens référencés.

Mysmooze : Pour ce média Internet, Michel a été interviewé au cours du salon Médecine Douce. L'article « le shiatsu, le bien être au



bout des doigts » est à découvrir sur le site.

www.mysmooze.com

Radio Classique : Michel a été interviewé, au cours du salon Médecine Douce sur la pratique des médecines douces en France. L'émission



a été diffusée le vendredi 8 février 2008 et des rediffusions ont eu lieu.

- LES MÉDIAS PARLENT DE L'INSTITUT - *suite....*

Vivolta : dans le cadre de son émission « Bien Etre », cette nouvelle chaine du câble est venue tourner à l'Institut un reportage sur le shiatsu crânien et ses bienfaits et sur la psycho énergétique appliquée aux cheveux.

Nous en sommes en attente de la date de diffusion.



TV 5 Monde : Un reportage sur le shiatsu en général et sur une consultation en particulier a été réalisé à l'Institut. Elodie était la patiente reçue par Michel. L'émission Nec Plus Ultra présentant le sujet a été diffusée en France, Belgique et Suisse le 26 janvier 2008 à 16h.....mais également dans toute l'Europe, en Orient dont 3 rediffusions sur la chaine CCTV en Chine, aux Etats-Unis et en Amérique Latine.



Direct 8 : Michel a été l'invité en direct de l'émission Bien Etre le lundi 10 mars 2008 pour parler du Shiatsu, de la psycho énergétique et de « Dis-moi où tu as-mal ». Un reportage sur une consultation a été tourné à l'Institut au cours duquel Michel a reçu une journaliste stressée et souffrant du dos. Techniques Shiatsu et décodage psycho-énergétique ont fait merveille et le reportage sera diffusé dans le cours de l'émission. Dès la fin de l'émission, le standard de l'Institut a été saturé, comme d'ailleurs la boîte e-mail. Nous avons repercuté toutes les demandes vers nos praticiens référencés.



- LES MÉDIAS PARLENT DU SHIATSU, DE LA REFLEXOLOGIE, DES HUILES ESSENTIELLES -

Marie France : ce mensuel consacre dix pages dans son numéro de mars 2008 à « ce que les médecines douces peuvent pour nous » : l'ostéopathie, l'acupuncture, l'homéopathie et bien sûr la réflexologie plantaire, l'aromathérapie et le shiatsu sont présentés.



ACTUALITÉ DU SHIATSU...

Dont les perspectives engendrées par son développement économique-

Carine, stagiaire en shiatsu à l'Institut et stagiaire au Club Med Gym de Bercy a eu envie de proposer aux adhérents du Club Med de découvrir une nouvelle prestation : le shiatsu assis et ses bienfaits.

Pour ce faire, en lien avec la responsable, elle a annoncé que le samedi 23 février après midi, des praticiens proposeraient aux personnes intéressées de bénéficier d'un shiatsu assis. L'Institut a choisi 3 assistants « capés » Peter, Alain et Catherine pour animer cet après-midi et représenter l'Institut comme il se doit.

Dans le temps imparti, il était possible de réaliser 40 shiatsu assis et.....dans la demi journée qui a suivi l'annonce de la proposition au Club Med, la liste des bénéficiaires était déjà bouclée.

Comme c'est le cas à chaque fois, tout s'est très bien passé, les clients étaient ravis, la direction du Club Med Gym



Bercy également, de même que nos intervenants. Carine est maintenant tellement sollicitée par des personnes qui veulent que cette prestation devienne pérenne qu'elle s'est inscrite à la formation pour répondre à la demande. Gageons qu'elle sera débordée et que le Club Med n'aura plus que deux solutions : faire former son personnel auprès de l'Institut et/ou demander à l'Institut de missionner des intervenants.

A suivre.....



La leçon de réflexologie

Selon la méthode Tao Xei

Par David Tran

Editions Flammarion.

Prix : 25 €

Le temps est propice au développement de la réflexologie. Dans le dernier numéro vous avez lu les présentations de deux ouvrages majeurs dans le domaine. A cette bibliographie professionnelle s'ajoute le très beau livre que David Tran, dont vous avez pu lire l'interview dans cette lettre, consacre à différentes approches du corps par la réflexologie. Il montre des techniques de travail sur les mains, les pieds et le visage. Sa méthode de travail s'inscrit plutôt dans la technique orientale, d'où l'importance de la répétition et du rythme des gestes plutôt que la précision cartographique.

J'ai particulièrement apprécié le défi qu'il a tenté en réalisant un ouvrage destiné au grand public avec des techniques appartenant à la tradition chinoise.

Il s'agit là d'un beau travail de vulgarisation des différentes réflexologies avec des protocoles ciblés, utiles et parfaitement cadrés pour ne jamais porter nuisance à un public d'amateurs. Le livre contient des protocoles détaillés pour arrêter de fumer, pour perdre du poids et pour se détendre au quotidien. Le travail qu'il préconise sur des enfants hyperactifs a retenu toute mon attention.

Certaines de ces techniques peuvent être très désagréables si elles ne sont pas maniées en respectant les lois de l'énergétique. Dans le DVD qui accompagne le livre, David Tran fait une démonstration de sa façon de travailler. C'est un plus indispensable pour que le lecteur puisse se rendre compte de la qualité du toucher. Vous y découvrirez la technique dite de « l'ascension du dragon » effectuée avec l'aisance et la maîtrise que l'on lui connaît.



Alternative Santé

Les remèdes d'hier pour aujourd'hui.

Hors Série n°37 de décembre 2007

Prix : 7 €

Commençons par citer un extrait de la préface de ce hors série rédigé par Cécile Baudet, PDG et rédactrice en chef : « *Commanditée par la Direction de la Recherche et de l'évaluation des études et des statistiques, une enquête nationale de 2005 révèle que les médicaments sont à l'origine de 130 000 hospitalisations et de 10 000 décès par an. (ndlr : à mettre en relation avec l'édito.....). Loin de nous l'idée d'établir un parallèle entre les remèdes anciens décrits dans ce hors série et les molécules actuelles. Mais une évidence apparaît : la pharmacopée d'autrefois n'a pour soigner les petits maux de tous les jours, rien à envier aux médications d'aujourd'hui. Effets indésirables en moins.* »

Alors, redécouvrons dans ce livre toutes les indications et tous les bienfaits de l'argile, des granules d'arnica, du baume du tigre, du bicarbonate de soude, du contre coups de l'Abbé Perdrigeon, de l'Eau précieuse, de l'homéoplasmine, de la propolis, etc....

Comme tous les hors série réalisés par ce magazine, celui-ci est très précis, donne des adresses, des posologies, des conseils. Une vraie référence, à se procurer absolument que l'on soit praticien, parent ou tout simplement parce que l'on veut être de plus en plus autonome pour gérer les petits maux de tous les jours.



Le Petit Manuel de la Marche Immoblie

Par Jean Pierre Combe

Editions Le Mercure Dauphinois

Prix : 7 €

Paradoxal, ce titre, n'est-ce pas ? Interpellant, en tout cas. L'auteur a rédigé un guide très pratique, au sens propre et au sens figuré puisque ce livre de 10 cm sur 17 et d'une épaisseur de 0,5 cm peut s'emporter partout donc permet de pratiquer de 7 à 77 ans (et même bien au-delà) des exercices d'entretien du corps. Vous marchez, vous vous déplacez, du moins, vous en effectuez toutes les actions mais sur place. Bien sûr, ce pratiquant d'arts martiaux a mis au point un enchaînement de mouvements précis qui aide le corps à se délier et l'esprit à s'ouvrirtout en restant sur place. Des photos viennent en appui des explications.

Alors, un simple tapis, quelques minutes de tranquillité eten marche ! Ce livre mériterait d'être distribué dans les écoles (pour les élèves et leurs professeurs) , sur les lieux de travail, dans les maisons de retraite. Ce serait un plus pour le bien être de chacunpour l'équilibre de la sécurité sociale.

Petit clin d'œil : merci à Jean Pierre pour toutes les conférences organisées à Grenoble et où il m'a fait le plaisir et l'honneur de m'inviter. Eh oui ; le pratiquant d'arts martiaux, devenu auteur, est également libraire !



Vivre dans la conscience du Tao

Se libérer du mental

Par Thierry Chaïbi

Préface de Michel Odoul

Editions Le Souffle d'Or

Prix : 18 €

L'auteur enseigne le Tai Chi Chuan et le Qi Gong à Lausanne, en particulier dans les Hospices cantonaux, en psychiatrie pénitentiaire, auprès de toxicomanes en sevrage et en psychiatrie adulte.

Il a demandé à Michel de rédiger la préface de son livre, car à 45 ans, à la lecture de « Dis-moi où tu as mal », il décide d'abandonner son métier d'ingénieur et de faire de sa passion, son métier. Il suit en plus, la formation de shiatsu avec Michel et moins de 10 ans après, à l'aune de son expérience nous propose à travers ce livre de nous aider à trouver l'équilibre dans notre vie de tous les jours.

Pour lui, le manque d'équilibre, dont nous sommes souvent responsables dans nos vies, crée un « non bonheur » et la vie est le rêve que nous choisissons. En s'appuyant sur le Tai Chi, et après une première partie présentant les concepts de son approche, il nous propose des exercices simples qui permettent de relâcher le contrôle du mental, de se recentrer et d'intégrer « son propre schéma corporel », base indispensable à une meilleure connaissance de soi.

Un livre accessible au néophyte, enrichissant pour l'enseignant expérimenté, conceptuel, pratique et agrémenté de contes philosophiques chinois.



Pour en finir avec les émotions toxiques

Sophrologie, IPMO, EFT : trois outils

Pour guérir la relation à soi

Par Marie-Odile Brus

Préface de Michel Odoul

Editions Le Souffle d'Or

Prix : 18 €

L'auteure est sophrologue et consultante en développement personnel. Formée à la psycho-énergétique par Michel et à la Sophrologie Caycedienne, elle organise des Ateliers du Bien Etre. Dans ce livre, l'auteure présente trois techniques qu'elle utilise de façon conjointe et complémentaire pour aider ses patients à se libérer de leur peur, de leurs doutes, de l'anxiété, de la colère, etc... : la sophrologie, l'EFT (Emotional Freedom Technique), qui est une technique d'activation des points d'acupression et l'IPMO (Intégration Positive par les Mouvements Oculaires). Elle présente également le déroulement d'une séance.

Citons un extrait de la préface de Michel : « *Au-delà des trois techniques qu'elle a choisies dans sa démarche qui est la sienne, elle montre combien il est essentiel que le corps soit associé à tout travail émotionnel ou psychologique.* »



Le cauchemar d'Hippocrate

Carnet de bord d'un cardiologue humaniste

Docteur Jean Pellet

Editions Yves Michel

Prix : 17 €

Ce cardiologue de Grenoble lance un cri d'alarme. La révolution technologique tend à vouloir transformer le médecin en technicien de santé et la pression économique en agent régulateur de dépenses. Il nous livre son journal de bord, parfois amer et polémique, pour faire entendre une parole qui ne soit pas la langue de bois habituelle et aborde différents thèmes : formation médicale continue, malaise dans le social, maîtrise des dépenses de santé, etc....

Un livre qui appelle au dialogue et au débat. Je ne résiste pas à vous livrer la phrase d'Hippocrate présentée au début du livre : « *La vie est courte, l'art est long, l'occasion est prompte à s'échapper, l'empirisme est dangereux, le raisonnement est difficile. Il faut non seulement faire soi-même ce qui convient, mais encore être secondé par le malade, par ceux qui l'assistent, et par les choses extérieures.* »

A lire et méditer...



Le monde des CAM (Médecines Alternatives Complémentaires) selon la nomenclature européenne est actuellement en pleine mutation et en pleine lumière. Les résultats de l'enquête IFOP que nous vous présentons pages 6 et 7 le montrent bien. Cette opportunité qui s'ouvre à nos domaines exige cependant en retour qu'ils soient dignes de cet engouement voire de cette espérance que beaucoup de patients mettent en eux. Il est essentiel de ne pas manquer ce tournant.

Pour mériter cette dignité, il nous faut par conséquent toujours être irréprochables, que ce soit sur le plan technique mais également sur les plans déontologiques et social. Nous communiquons beaucoup sur les sujets qui nous tiennent à cœur, nous portons sans arrêt nos cursus de formation au meilleur niveau (voir plus loin), nous exigeons toujours plus de professionnalisme. Cela paie ainsi que vous pourrez le lire dans cette rubrique. Les résultats de cette démarche sont indéniables, que ce soit à travers l'image favorable que nous avons conquise auprès des médias puisqu'aucune école en France n'a une couverture comme la nôtre (voir chaque trimestre la page médias) ou à travers la reconnaissance qui nous est accordée par la société civile (Mutuelle Dijonnaise, le RDV des Jeunes, etc.). Mais cela ne se fait pas qu'à travers les efforts déployés par l'Institut. Cela se fait et se construit dans le temps à travers la qualité et le professionnalisme des praticiens installés issus de l'Institut. La compétence, le non mélange des genres (si le patient est venu pour une séance de shiatsu ou de réflexologie, on ne lui fait pas autre chose!) et le dynamisme qui sont les vôtres sont aussi essentiels. La dernière intervention par exemple de Ludovic Charton en est un exemple manifeste. Son travail lui procure certes une excellente réputation personnelle mais il bénéficie également à chaque praticien venant de l'Institut, tout comme le comportement individuel de chaque praticien bénéficie aux autres. Lisez plutôt.

Michel Odoul.

J'ai été convié, pour la 2^{ème} année consécutive, le 11 octobre dernier à intervenir auprès de l'association PROSOM afin de présenter le Shiatsu et ses bienfaits dans les troubles du sommeil.

PROSOM est une association ayant pour but d'éduquer et de sensibiliser un public divers sur les troubles du sommeil, problème majeur touchant 1/3 de la population. A cette occasion, elle organise tous les ans une formation de plusieurs jours sur les troubles du sommeil et une journée est dédiée aux traitements alternatifs.



Cette année, j'étais entouré du Dr Marie-France Bordet – Directrice de l'Institut Boiron qui présentait l'Homéopathie, du Dr Pierre Bruel – Responsable médical des laboratoires Plantes et Médecine (Groupe Pierre Fabre) qui présentait la phytothérapie et du Dr Alain Nicolas – Praticien Hospitalier en Psychiatrie – Responsable de l'Unité de Sommeil de l'Hôpital du Vinatier à Lyon qui présentait les thérapies cognitives et comportementales. Ma prestation reçut un bon accueil et

un vif intérêt de la part de l'auditoire qui était composé principalement de médecins et d'infirmières.

Plusieurs faits importants sont ressortis de cette journée et je tenais à vous en faire part.

Tout d'abord, le manque évident d'informations concernant les médecines alternatives, d'une façon générale et dans le cursus en médecine en particulier, et la demande croissante de la part des médecins et du personnel médical d'en connaître d'avantage sur nos pratiques, qui selon eux s'imposent de plus en plus comme étant complémentaires de la médecine allopathique.

Le Dr Delormas, organisatrice de cette journée, me confiait d'ailleurs qu'il était inconcevable, il y a quelques années encore, de faire une journée consacrée aux traitements alternatifs (même l'Homéopathie !), mais que maintenant les médecins étaient de plus en plus en recherche d'informations à ce sujet. Les choses semblent donc évoluer.

D'autre part, il est ressorti de la part de tous les intervenants, à l'instar de ce que l'on nous enseigne à l'Institut, l'importance qu'il y avait à traiter l'être dans son intégralité et à ne pas se focaliser uniquement sur le symptôme. Dans le cas des troubles du sommeil, ils sont la somme de nombreux facteurs externes (stress professionnel, etc....) et internes (gestion de ses émotions) et tout cela doit être absolument pris en compte, d'où la place tout à fait appropriée de nos pratiques

holistiques dans ce cadre là et l'importance de replacer l'être dans son environnement.

De plus, pour lutter efficacement contre les troubles du sommeil, l'accent a été également mis sur l'importance de toutes les formes de relaxation, que ce soit Shiatsu, Réflexologie, Yoga, Sophrologie, etc., qui vont permettre d'apaiser la personne et lui permettre de gérer ses angoisses nocturnes. D'où encore une fois l'importance d'œuvrer pour faire connaître nos pratiques à un plus grand nombre.

Pour finir, les traitements alternatifs ont également été mis en avant dans l'aide et dans l'accompagnement des personnes en cours de sevrage des benzodiazépines (BZP), qui servent de prothèses à énormément de personnes. Le sevrage aux BZP est long et difficile. On considère qu'il faut 1 an de sevrage pour 10 ans de prise de somnifères. En plus du sevrage, une rééducation complète sur le sommeil doit être faite pour apprendre à la personne à se ré-approprier son sommeil et pour lutter contre les nombreuses croyances qui vont être à l'origine de ses troubles. Elle doit également apprendre à se relâcher physiquement et à s'apaiser nerveusement. Des étu-



.../... des faites par les représentants des labos présents ont montré l'aide considérable de l'Homéopathie, de la phytothérapie et des huiles essentielles dans l'aide à ce sevrage et on connaît tous les bienfaits du Shiatsu et de la Réflexologie sur le système nerveux. A noter également le vif intérêt suscité par la présentation des huiles essentielles.

Pour conclure, je tenais à rappeler encore une fois l'importance qu'il y a à ce que nous, praticiens, nous informions sur nos pratiques respectives car si nous ne le faisons pas, personne ne le fera à notre place. La demande est de plus en plus forte et nous avons tout à fait notre place, ce qui est justifié par le fait que j'ai été le

seul non médecin à intervenir lors de cette journée, et ce pour la 2^{ème} année consécutive. Pour ma part, je suis convié à venir présenter le Shiatsu lors de la journée nationale du sommeil, dont la date n'est pas encore fixée et le Dr Nicolas continue à m'envoyer des personnes pour le syndrome des jambes sans repos. L'aventure continue.

Le RDV, Rendez vous des Jeunes les 16,17 et 18 mai 2008.



Michel a été sollicité pour être l'un des parrains de ce 2^{ème} rendez-vous annuel à destination des Ados et de leurs parents, dont le thème est « **le respect** » et qui se déroule cette année à Toulouse. A côté des autres parrains dont Alain Bougrain Dubourg, président de la LPO (ligue protectrice des oiseaux), Maud Fontenoy, la navigatrice en solitaire, Dominique

Versini, la défenseure des enfants, Michel parlera de l'écologie personnelle, du respect du corps et de l'être, comme point d'appui, comme référence, comme source à une écologie possible de la planète.

L'objectif de ce salon est d'offrir un espace d'expression festif et informatif aux ados en positifant et valorisant le mot « adolescence ». L'organisatrice, Claudine Schellino Dadoun, s'appuie sur un constat : « alors qu'ils se montrent critiques sur la société, ils marquent un intérêt important pour les actions individuelles comme si les solutions ne pouvaient venir que d'eux-mêmes : 85% ont le sentiment que les jeunes peuvent faire bouger les choses. »

Concluons par la devise de ce RDV empruntée à Nelson Mandela : « *Chers adolescents, je vois la*



vivacité de votre regard, l'énergie de vos corps et l'espoir qui vous anime. Je sais que c'est de vous, et non de moi, que dépend l'avenir. C'est vous, et non pas moi, qui remédieriez à nos problèmes et améliorerez encore tout ce qui va bien dans le monde. »

Pour en savoir plus :

www.lerdvdesjeunes.com

Mutuelle Dijonnaise

Nous vous avons informés que, après l'intervention de Michel lors du congrès des 170 ans de la Mutuelle, Monsieur Robert Barron, Directeur Général, avait décidé, compte tenu de l'impact de cette intervention, de proposer une convention de prise en charge des consultations de shiatsu pour ses adhérents. Et bien c'est fait! Cette convention vient d'être signée entre l'Institut et Mutuelle Dijonnaise.

Nous sommes particulièrement heureux de cette reconnaissance **puisque seuls les praticiens Shiatsu référencés par l'Institut** verront leurs consultations prises en charge par cette mutuelle. Chaque praticien référencé recevra de ce fait, dans les semaines qui viennent un certificat d'Agrément de la part de cette mutuelle. Ce certificat, d'une validité annuelle, sera renouvelé tant que le praticien sera référencé par l'Institut et maintiendra sa compétence à jour au moins une fois par an.



Cet incontestable succès est le résultat de toute notre recherche d'excellence et sera pérennisé par la vôtre.

Les 25 ans des éditions Le Souffle d'Or.

La plupart d'entre vous connaît cette maison d'éditions fondée il y a 25 ans par Yves Michel et dont la ligne éditoriale est consacrée à toutes les approches qui font grandir « l'homme ».

Pour cet anniversaire, Michel a été invité à participer, le samedi 3 mai à

14 h. au colloque qui aura lieu dans les locaux du Centre Génération Tao, 144, bd de la Villette, 75019 PARIS. Le thème sera « développement personnel, écologie corporelle », sujet oh combien actuel.

De nombreux ateliers, démonstrations et conférences seront proposés. Venez nombreux participer à cet événement.

Renseignements et inscriptions:

www.souffledor.fr



- EVOLUTION DES CURSUS ET REFERENCES -

Nous avons décidé, du fait de tout ce qui précède et pour les raisons qui suivent, de proposer de nouveaux modules professionnalisants dans chacun des trois cursus de l'Institut :

1/ Lors du passage des examens, nous constatons de façon récurrente un certain nombre de carences chez les candidats non reçus. Nous souhaitons donc aider les futurs candidats à mieux se préparer.

2/ Nous souhaitons permettre à chacun de « recadrer » sa pratique, de développer son professionnalisme et ce plusieurs fois dans l'année. C'est le gage incontestable de la satisfaction des clients.

3/ La reconnaissance de la société civile et des instances européennes rend inéluctable (et c'est une bonne chose) le fait que des possibilités de recyclage permanent soient offertes aux praticiens. C'est un gage de professionnalisme au sein des professions non réglementées qui voient « le meilleur et le pire » se côtoyer.

Nous pouvons d'ailleurs nous appuyer sur des exemples concrets pour illustrer cela :

1/ Lorsque nous recevons des demandes de personnes recherchant un praticien, très souvent la question des critères de référence sont posées et il est évident que les nôtres sont rassurants : la personne est diplômée, est installée officiellement, est « vue » régulièrement, etc...

2/ Ainsi que vous avez pu le lire dans la page qui précède, Mutuelle Dijonnaise vient de signer avec notre Institut, une convention stipulant que des séances de shiatsu (nous travaillons pour qu'il en soit bientôt de même en réflexologie) seront prises en charge lorsque leurs adhérents auront bénéficié de ces séances de la part d'un praticien référencé par l'Institut, et uniquement par l'Institut. Le fait que les praticiens ne soient pas référencés à vie mais doivent entretenir leur compétence et permettre à l'Institut de le vérifier au moins une fois par an, a été un des critères majeurs.

NB : dans ce cadre, nous avons établi une charte du praticien référencé précisant les avantages et les devoirs. Tout praticien souhaitant être référencé par l'Institut devra s'engager en signant cette charte.

Nous avons enfin décidé de créer une page spécifique sur notre site Internet, avec un accès personnel et confidentiel pour chaque praticien référencé. Cette page sera une source d'infos diverses (légales, offres de lieux, offres d'intervention ou d'emploi, etc.) et contiendra une partie « forum » dans laquelle les praticiens pourront échanger des infos ou poser des questions.



Module commun aux trois cursus :

Création d'un module de **Perfectionnement à la MTC** (Médecine Traditionnelle Chinoise) d'une journée. Ce module permettra de revenir sur la théorie générale, les techniques de repérage des déséquilibres, les points d'intervention, les structures psychiques en MTC et les incidences corps-esprit. Prochaine session : **le 10 juin 2008**.

Cursus de Shiatsu :

Création d'un module de 2 jours de **Pratique de Consultation**. Ce module se substitue à la journée de Supervision. Articulé autour de l'étude de cas réels de consultation, proposés par les praticiens. Analyse du cas, conduite de l'entretien, repérage des déséquilibres, choix des techniques à utiliser (selection des points, techniques du shiatsu fondamental sur méridiens ou en étirements, moxas, prise de pouls, etc.) et application réelle entre les participants de ces techniques. Ce module est animé par Michel assisté de David, Jacques et Bertrand et est accessible aux personnes diplômées au moins « praticien de confort » et ayant suivi la psychoénergétique et le shiatsu fondamental. Prochaine session : les **25 et 26 septembre 2008**.

Cursus de Réflexologie :

Création d'un module de **Supervision** d'une journée. Ce module animé par Elske permettra à la fois de faire un retour sur les techniques de réflexologie, le positionnement des points et des zones et surtout d'analyser de façon théorique les cas et situations rencontrés en consultation. Ce module est accessible aux personnes diplômées au moins praticien de confort et ayant suivi le cursus de réflexologie chinoise. Prochaine session : **16 juin 2009**.

Cursus d'Huiles Essentielles :

Création d'un module de **Etude de Cas** d'une journée. Des cas seront analysés sur le repérage des déséquilibres, les protocoles d'action, le choix des modes d'intervention. Ce module est ouvert aux personnes ayant suivi le cursus à minima jusqu'au module d'olfactothérapie. Prochaine session le **9 mars 2009**.

Pour en savoir plus vous pouvez consulter sur nos deux sites le détail de chacun de ces nouveaux modules.

www.shiatsu-institut.fr

www.reflexologie-institut.fr

Ce trimestre voici les témoignages d'installation d'Alexandra Le Floch et de Marianna Kernanet, diplômées toutes les deux de l'Institut depuis quelques semaines (décembre 2007). Elles ont aussitôt passé le cap. L'installation d'Alexandra s'est faite dans une ville de province encore vierge en praticiens Shiatsu, à Pont Audemer dans l'Eure et pour Marianna en région parisienne. Et cela fonctionne d'une façon particulièrement étonnante (étonnante toutes les deux, nous, nous savons combien leur travail est de qualité). En quelques semaines, pour Alexandra, le carnet de rendez-vous se remplit, avec régularité. Les patients, qui ne viennent pour l'instant que par le « bouche à oreille », sont ravis et renvoient du monde. Environ 45 séances en février et déjà plus de 60 de prévues à début mars. Bravo pour son dynamisme qui commence déjà à payer et surtout pour cette confiance qui est l'essence même d'un bon praticien.

Plutôt que de rajouter d'autres commentaires, je vous laisse lire l'article ci-contre dont elle a bénéficié dans la presse locale (L'éveil de Pont-Audemer du 04 mars 2008). Elle va quitter le simple bouche à oreille pour commencer à construire une notoriété qu'elle aura le devoir d'entretenir ensuite. Lisez plutôt.

Un cabinet de shiatsu ouvre Pour le bien être



Du shiatsu pour se détendre. Voilà ce que propose Alexandra Le Floch.

« J'ai découvert le shiatsu par hasard en lisant le livre "Dis-moi où tu as mal, je te dirai pourquoi" du grand expert Michel Odouf », confie Alexandra Le Floch, enseignante au C. F. A. qui, après 2 années d'études à l'Institut Français de Shiatsu de Paris, vient d'ouvrir son cabinet dans notre ville. Technique spécifique élaborée dans la plus pure tradition du Japon où le shiatsu a pour but de donner les déséquilibres énergétiques et d'effacer les tensions par des pressions simples et efficaces sur les méridiens d'acupuncture.

Ces séances individuelles d'une durée approximative d'une heure destinées aux adultes et modulables pour les enfants à partir de 5 ans s'avèrent être de véritables antidotes aux maux de la vie quotidienne. Shiatsu allongé sur un tatami mais également shiatsu assis en cabinet, à domicile ou en entreprise : « Efficacité et productivité accrues, baisse de l'absentéisme, épanouissement et ouverture aux autres sont quelques bénéfices tirés de ces séances de 15 minutes dispensées sur le lieu de travail ». Praticien diplômé de shiatsu de confort, Alexandra Le Floch dispense également la réflexologie plantaire dite « douce Sud-Africaine » : « Technique irradieuse qui consiste à parcourir tout le corps et tous les organes en exerçant des pressions sur les zones réflexes des pieds. Indique entre autres dans les maladies de civilisation du système nerveux et auto-immune, stress, anxiété, troubles du sommeil, ce soin plantaire très agréable plonge le patient allongé sur une table de massage dans une relaxation profonde favorisant l'auto-guérison de l'organisme qui se retrouve profondément ».

Inscrite à un cycle de formation de 4 ans, Alexandra Le Floch sera également bientôt une spécialiste de la réflexologie chinoise dite « énergétique » et de la réflexologie occidentale appelée « symptomatique ».

• Alexandra Le Floch •
Rue du général König
(Entre les garages Peugeot et Citroën)-Pont-Audemer
Sur rendez-vous uniquement - Tel : 06 13 88 03 65.
Site Internet : <http://www.origizén.fr>

Place maintenant au témoignage de Marianna.

« Cet été le "hasard" m'a donné l'opportunité d'intervenir au sein d'une entreprise pour du Shiatsu Assis. Le 21 Septembre, date de ma première intervention a donc aussi vu l'immatriculation de mon activité que j'ai appelé "Entre Vous & Moi - Shiatsu-Détente".

Depuis cette date, je suis intervenue deux à trois fois par mois dans cette entreprise. J'ai d'abord donné des Am-mas, puis la personne du Comité d'Entreprise souhaitant élargir la pratique, m'a demandé de proposer du Shiatsu Visage et Crâne (qu'elle avait d'abord testé). Depuis, une feuille d'inscription circule dans l'entreprise pour du Shiatsu Assis ou du Shiatsu Visage. Aujourd'hui, il y a "les habitués" qui se précipitent pour s'inscrire dès que le

bulletin est émis. Quelques nouveaux se frayent une place ! La demande est forte, le CE envisage de me faire intervenir plus fréquemment en 2008...

Et depuis... "Bizarrement", un ancien collègue m'a contactée cet hiver. Son entreprise est en pleine progression et il me propose de travailler avec lui sur certains plans de son activité et d'intervenir en Shiatsu lors de manifestations événementielles. J'aurais également la possibilité de disposer de son carnet d'adresses pour développer mon activité. C'est le projet 2008. Par ailleurs, une esthéticienne (que je vois en RdV Shiatsu), me propose d'intervenir dans son Institut pour pratiquer. C'est un Institut bien implanté dans mon secteur et qui a derrière lui plusieurs années d'activité. Nous devons parler de tout cela à la mi-janvier.

En attendant... J'ai fabriqué mes cartes de visite et des petites plaquettes que je distribue autour de moi. Je me suis présentée auprès des commerçants de ma ville (ils m'ont réservé un accueil encourageant) et me font de la "publicité". J'ai rencontré mon pharmacien également qui parle de moi. J'envisageais même de participer au Marché de Noël de ma commune, après un accord des organisateurs. Cela ne s'est pas fait. J'étais un peu contrariée, mais je me suis rendue compte que la vie m'avait fait un clin d'oeil nouveau car je n'avais pas réellement ma place entre les napperons au crochet et les toutous en tricotin !!! Voilà un petit résumé de ce dernier trimestre 2007 qui est passé à tout allure. 2008 sera encore mieux ».

Marianna Kernanet.

ATTENTION !!!! L'expérience nous montre que ces infos ne sont pas toujours lues, y compris par les personnes concernées ! Oubli de la date limite d'inscription, contenu de l'examen suite à changement de cursus, etc....

Examens de Praticien en Shiatsu de confort.

Compte tenu du nombre de plus en plus important de candidats et du fait que les modules de MTC ont lieu en milieu d'année et en fin d'année, 2 examens par an sont maintenant prévus. Ils sont ouverts aux personnes ayant suivi l'intégralité du 1^{er} cycle de shiatsu, dont la MTC, depuis un an.

Cet examen se compose d'une épreuve pratique qui porte sur les protocoles du module 1, du module 2 et du module de shiatsu assis. Un observateur et un receveur apprécient la connaissance des protocoles et la qualité du geste. Une épreuve théorique valide la compréhension de la MTC.

31 personnes se sont présentées à la session du jeudi 20 décembre 2007. Nous sommes très satisfaits des résultats : 18 personnes ont été reçues soit près de 60 % des candidats, 5 ont été reçues sur la partie théorique et 4 sur la partie pratique. Un bravo tout particulier à Alexandra et Marianna, brillantes lauréates dont vous découvrez les premiers pas dans la page précédente. Bravo également à Isabelle Millet pour ses excellents résultats.

L'examen de juin 2008 aura lieu le 23 juin 2008 et s'adresse aux personnes ayant terminé la MTC au plus tard en septembre 2007. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre peuvent se présenter à cette session.

Attention : les personnes qui n'ont à repasser que l'une des épreuves, pratique ou théorique ne peuvent se représenter à l'examen de rattrapage qu'une seule fois à la session suivante. Ensuite, l'intégralité de l'examen doit être repassé.

Merci de vous inscrire par courrier ou par mail au plus tard pour le 11 avril 2008

Examen de praticien professionnel en Shiatsu.

Cet examen se passe en deux parties: **la première partie sanctionne les connaissances et la pratique relative au 2^{ème} cycle.** Les candidats engrangeront des Unités de Valeur. Ces dernières se cumuleront avec celles obtenues lors de la 2^{ème} partie de l'examen, un an plus tard, unités sanctionnant le 3^{ème} cycle de shiatsu. Attention, certaines notes ou certaines réponses peuvent être éliminatoires et nécessiter de repasser la 1^{ère} partie.

La dernière session a eu lieu le lundi 3 décembre 2007 et 9 candidats se sont présentés. Bravo à Céline et Isabelle qui sont les brillantes lauréates de cet examen. Les autres sont reçus à l'examen pratique ou à l'examen théorique.

La prochaine session aura lieu le 17 décembre 2008. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 2^{ème} cycle de shiatsu et ayant commencé leur cursus de shiatsu depuis 3 ans. Elle permettra aux personnes ayant échoué en décembre 2007 de se représenter.

Examen de Praticien en Réflexologie Plantaire de confort.

Cet examen se compose d'une épreuve pratique qui porte sur les protocoles du module 1 et du module 2. Un observateur et un receveur apprécient la connaissance des protocoles et la qualité du geste. Une épreuve théorique valide la compréhension du module de Théorie Générale des Réflexologies.

La dernière session a eu lieu le lundi 10 mars 2008. 35 personnes se sont présentées, les corrections sont en cours.

La prochaine session aura lieu le 19 décembre 2008 et s'adresse aux personnes ayant terminé le 1^{er} cycle de réflexologie plantaire douce au plus tard en janvier 2008. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de mars peuvent se présenter à cette session.

Attention : les personnes qui n'ont à repasser que l'une des épreuves, pratique ou théorique ne peuvent se représenter à l'examen de rattrapage qu'une seule fois à la session suivante. Ensuite, l'intégralité de l'examen doit être repassé.

Examen de praticien en aromathérapie, phyto énergétique et olfactothérapie

Pour la première fois, cet examen sanctionnera le nouveau cursus mis en place depuis bientôt 2 ans et aura lieu en juin 2009. Il s'adressera aux personnes ayant terminé au plus tard le cycle complet en janvier 2009. (HE initiation, Aroma Pro, MTC, Phyto énergétique, olfacto thérapie et Physiopathologies)

Soirées de pratique de Shiatsu.

Nouveau : les soirées du jeudi commencent désormais à 19 h comme le lundi.

Compte tenu de la grande densité des stages et afin de mieux gérer les flux de personnes dans le respect de chacun, les soirées du jeudi commenceront désormais à 19 heures. Cela permettra aux stagiaires de terminer leur journée de stage avec le maximum de confort et d'organiser au mieux la soirée de pratique qui suit.

Merci donc de ne venir qu'à partir de 18h30 au plus tôt.

Nous vous rappelons donc que les soirées de pratique de Shiatsu ont désormais lieu les **lundi à 19 h.** et **jeudi à 19 h également**, sauf pendant les périodes de vacances scolaires et lorsqu'il y a une soirée consacrée à la Réflexologie Plantaire. Nous vous conseillons par conséquent de lire la fiche apposée sur la porte de l'Institut ou de téléphoner en cas de doute.

**La dernière soirée avant les vacances de Pâques aura lieu le jeudi 10 avril.
La reprise aura lieu le 5 mai.**

Soirées de pratique de Réflexologie Plantaire.

Nous vous rappelons également que, afin de développer la pratique de la réflexologie plantaire, nous avons décidé d'ouvrir les soirées dès le suivi du niveau d'initiation. Ces soirées ont lieu à la fin de chacun des modules « initiation » et « pratique avancée » du 1^{er} cycle, de **18 h. à 20 h.** Au regard du calendrier prévisionnel 2008, ce sera;

les 19 mars, 6 avril, 9 mai et 15 juin 2008.

Même si ces soirées tombent un jeudi, traditionnellement réservé à la pratique de shiatsu, elles seront consacrées à la réflexologie plantaire. Les soirées ont lieu de 18 h à 20 h et nécessitent d'être à jour de son adhésion. Au cours de ces soirées, les stagiaires pourront échanger sur la pratique en réflexologie douce et en réflexologie chinoise.

Nouveauté: des soirées de réflexologie chinoise!!!

4 soirées seront spécifiquement et uniquement consacrées à la pratique de réflexologie chinoise:

les 18 mai et 8 juin 2008.

Les soirées ont lieu de 18 h à 20 h et nécessitent d'être à jour, de son adhésion.

A Paris

A Paris, porte de Versailles, dans le cadre du Congrès International Esthétique Appliquée,

- **Le dimanche 30 mars 2008 à 13 h. 30** sur le thème "**La peau, un livre ouvert**", (congrès professionnel réservé aux esthéticiennes) par Michel Odoul.

A Paris, porte de Champerret, Dans le cadre du prochain Salon ZEN, du 2 au 06 octobre 2008,

- **Le jeudi 02 octobre 2008 à 15 h.**, sur le thème "**Les trois RéflexologieS plantaires**", par Elske Miles.
- **Le samedi 04 octobre 2008 à 14 h.**, sur le thème "**Lecture corporelle et souffrances psychiques**", par Michel Odoul.
- **Le samedi 04 octobre 2008 à 17 h.**, sur le thème "**L'Aromathérapie, remède du corps et de l'esprit**", par Elske Miles.
- **Le dimanche 05 octobre 2008 à 16 h.**, sur le thème "**Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir**". Par Michel Odoul.

En Province

A Vogué, près de Montélimar, dans le cadre du Congrès International de Yoga,

- **Le dimanche 23 mars 2008 à 15 h.** sur le thème "**Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi**",
Renseignements: aca.yoga@wanadoo.fr

A Toulouse, dans le cadre du RDV des Jeunes, pour un Forum Signatures,

- **Le samedi 17 mai 2008 à 16 h.** sur le thème "**Respect du corps et de l'être**".

A Fondjouan, près de Blois (www.domaine-de-fondjouan.fr), dans le cadre du Congrès des 25 ans de la Fédération Européenne de Sophrologie,

- **Le samedi 28 juin 2008 à 10 h. 30** sur le thème "**Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi**",
renseignements: contact@federation-sophrologie.com



Infos soirées

Soirées shiatsu
Le lundi et le jeudi de
19 à 21 h.

Une salle couverte de tatamis est mise gratuitement à disposition des pratiquants de Shiatsu. En la présence et sous la responsabilité de l'un des animateurs de l'Institut, chacun pourra y améliorer sa pratique. Mais ce ne sont pas des cours!

RAPPEL!

Les soirées de shiatsu ont lieu, sauf en période de vacances scolaires ou de soirées « Réflexologie ». (vous renseigner auprès du secrétariat pour savoir si la soirée a lieu).

Soirées Réflexologie.

Le dernier jour de certains stages de Réflexologie Plantaire, de 18 à 20 h., des soirées gratuites de pratique, encadrées par Elske Miles, sont ouvertes dès le niveau d'initiation.

La participation à ces soirées suppose le fait d'être à jour de son adhésion.

L'Équipe de l'IFS

Responsables:

Michel
Nelly

Animateurs de stage

Elske Miles
Michel Odoul
Christiane Serres
Jacques Blanc
David Sayag
Bertrand Caillet
Roland San Salvatore
Jean Péliissier

Assistant(e)s « Capés »

Catherine, Elodie,
Laurence, Alain,
Ludovic, Peter, Viviane.

Assistants de stages

Alain (s), Alexandra, Céline,
Emmanuel, Gallig, Isabelle,
Jeanne, Jocelyne, Laure,
Laurence, Lukasz, Mariana,
Michel, Nathalie, Pascale,
Rachel, Sylvie, Sophie,
Valérie et les autres.



Vous pouvez connaître toutes les dates sur les sites internet
www.shiatsu-institut.fr et www.reflexologie-institut.fr

Module	1° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module 1 Initiation		5, 6, 7 mai ou 19, 20, 21 septembre 2008	395 €
Module 2 Tech. Avancées		28, 29, 30 mars ou 23, 24 25 mai 2008	395 €
Module de Shiatsu Assis		8, 9 avril ou 29, 30 mai 2008	295 €
Module de M.T.C.		20, 21, 22 juin + 12, 13, 14 septembre 2008	825 €

Module	2° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module de Psycho-énergétique		9, 10/10 + 26, 27/11/08 + 15, 16/01/09	1025 €
Module de Shiatsu Fondamental		25, 26, 27 mars ou 10, 11, 12 nov 2008	525 €
Module d'Anatomie pour le Shiatsu		26, 27, 28 mai 2008	485 €
Module de Do In		14, 15 mai ou 24, 25 nov., 2008	295 €
Module de Physio Pathologies		16, 17, 18 juin 2008	485 €
Module de Diététique Énergétique		10, 11 avril 2008	295 €

Module	3° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Psychologie Corporelle Appliquée		17, 18/09 + 17, 18/11/08 + 19, 20/01/09	1025 €
Shiatsu des Techniques Internes		29, 30 janvier + 26, 27 mars 2009	625 €
Anatomie Fondamentale		27, 28, 29 juin 2008	525 €
Psychologie du Praticien		14, 15, 16 oct. + 2, 3, 4 déc. 2008	1200 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Pratique de Consultation		25, 26 septembre 2008	325 €
Etude de cas		14 novembre 2008	145 €
Perfectionnements 1 / 2		01 juin 2008 / 02 juin 2008	125 € / 125 €
Perfectionnement Amma		31 mai 2008	125 €
Perfectionnement M.T.C.		10 juin 2008	145 €
Perfectionnement Sh. Fondamental		09 juin 2008	125 €

Module	1° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module 1 Initiation		5, 6 avril ou 25, 26 septembre 2008	295 €
Module 2 Pratique Avancée		8, 9 mai ou 14, 15 juin 2008	325 €
Module 3 de Théorie Générale		24, 25, 26 juin 2008	405 €

Module	2° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de M.T.C.		20, 21, 22 juin + 12, 13, 14 septembre 2008	825 €
Anatomie pour les Réflexologies		22, 23 septembre 2008	325 €
Module de Techniques et Postures.		24 septembre 2008	145 €
Réflexologie Plantaire Chinoise.		16, 17, 18 mai + 6, 7, 8 juin 2008	825 €
Module de Physio Pathologies		16, 17, 18 juin 2008	485 €

Module	3° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de Podo-Réflexologie Appliquée		30/06, 1, 2/07 et 9, 10, 11/09/2008	1025 €
Module de Réflexologie Faciale		15, 16/11/08 et 31/01, 01/02/09	645 €
Anatomie Haut Niveau pour les R P		13 juin 2009	145 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Supervision		15 juin 2009	145 €
Perfectionnement RP Douce		05 ou 06 novembre 2008	125 € / 125 €
Perfectionnement RP Chinoise		14 juin 2009	125 €
Perfectionnement M.T.C.		10 juin 2008	125 €
Module de Diététique Énergétique		10, 11 avril 2008	295 €

Module	CYCLE HUILES ESSENTIELLES	date	tarif
Module d'Initiation		21, 22 mai 2008	295 €
Module Aroma Pro		12, 13, 14 janvier 2009	485 €
Module de M.T.C.		20, 21, 22 juin + 12, 13, 14 septembre 2008	825 €
Module de Phyto-énergétique		3, 4, 5 juin 2008	485 €
Module d'Olfacto-thérapie		17, 18, 19 octobre 2008	405 €
Module de Physio-pathologies		16, 17, 18 juin 2008	485 €
Etude de cas		09 mars 2009	145 €
Module de Diététique Énergétique		10, 11 avril 2008	295 €

Modules	CYCLE POST GRADUATE	date	tarif
Module de Dessin Thérapeutique		13 octobre 2008	155 €
Module de Kototama		11, 12 février 2009	325 €