

La Lettre

“de l'Institut Français de Shiatsu”



ÉDITORIAL

Animal pas banal...

Lettre trimestrielle de
l'Institut Français de Shiatsu

N° 28 – HIVER 2008
- 8 € -
le 15 décembre 2008



Directeur de la publication
Michel Odoul
Imprimé par l'IFS.

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

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

Lors du tsunami qui a frappé l'Asie du Sud-Est, de nombreux pêcheurs qui se trouvaient en mer furent sauvés parce que, plutôt que de regagner la terre ferme, ils eurent l'intuition de suivre les bancs de poissons qui fuyaient vers le large. Nombreux sont les exemples de cas où les animaux ont démontré que leur instinct les informait de risques ou de dangers imminents.

Ce qu'ils nous apprennent ou ce qu'ils nous montrent de nous ne s'arrête pas à la question du risque et concerne aussi l'éducation. La mère kangourou va jusqu'à « rosser » son petit lorsque qu'il insiste trop pour retourner dans sa poche ventrale, alors qu'il est temps qu'il se sèvre. Les parents « merle », lorsque le temps est venu pour les petits de quitter le nid, ne leur apportent plus la becquée. Ils la déposent de façon bien visible au pied de l'arbre, pour les obliger à sortir. Ce n'est jamais confortable pour le petit mais c'est ce qui le fait grandir. Etc.

Les leçons que les animaux nous donnent sont d'une richesse infinie et vont même jusqu'à nous parler de l'importance de nos comportements, des rituels sociaux et de l'impact des stress émotionnels sur la santé.

Dans un article du Point de début novembre, Boris Cyrulnik apporte un éclairage animalier fort intéressant. Avec cette pertinence qui est la sienne, il nous démontre que ce qui se passe aujourd'hui, dans les processus violents de régulation provoqués par la crise financière internationale, est un phénomène que connaissent aussi parfois les animaux en « surpâturage », c'est-à-dire devenus trop nombreux sur un même territoire.

Boris Cyrulnik illustre son témoignage avec une anecdote d'implantation de cerfs au Canada. En 1916, 5 cerfs de l'espèce « Sika » furent implantés sur une île, près de Vancouver. L'absence totale de prédateurs sur cette île, fit que, quelques années plus tard, la population de cerfs était montée à 500 individus. Seulement, la petite taille de l'île faisait qu'une telle surpopulation générerait pour ces animaux une réelle crise de territoire. Du fait de cet espace vital restreint, les rencontres entre congénères devinrent de plus en plus nombreuses et imprévisibles. Or, il faut savoir que les animaux, comme les humains, ont besoin de « rituels d'approche et de salutation ». Ceux-ci définissent les positions de chacun, les hiérarchies et l'accord ou le refus de la rencontre et la conscience du territoire. La multiplication des rencontres fortuites

ne permit plus ces rituels. Le niveau de stress généré fut tel que les cerfs se mirent à mourir en masse, sans raison ni maladie apparentes, au point de manquer disparaître. Un endocrinologue français découvrit la cause de cette mortalité, longtemps inconnue: les cerfs déclenchaient des hémorragies surrénales.

On peut déduire deux choses de cette histoire. La première est que, à l'instar des êtres humains, il existe derrière une pathologie, pour les animaux, un sens qui la lie à une tension émotionnelle. Les cerfs illustrent également à quel point ce sens est extraordinairement significatif puisque la

zone corporelle touchée, en souffrance, est la parfaite représentation symbolique du niveau émotionnel concerné: les reins. Or les reins gèrent le stress, grâce aux surrénales et sont la projection symbolique des structures et des croyances profondes de l'individu. Les rituels font partie de ces structures profondes. Ils sont destinés à signer le respect des individus vis-à-vis des structures

de groupe (famille, groupe, équipe, société). Leur absence « trivialise » la relation aux autres, la rendant primaire voire conflictuelle et destructrice. (c'est ce qui est arrivé aux cerfs « Sika » et à notre économie) alors que leur présence sophistiquée cette relation et l'enrichit de messages codés dont la richesse dépend de celle de la culture.

La deuxième chose que l'on peut déduire de cette histoire c'est que les rituels sont des fondamentaux essentiels à l'humain. Leur processus d'acquisition est parfois contraignant, tout comme leur usage, mais ils permettent de moduler la progression dans l'espace relationnel. Ils signent ainsi le respect de l'autre et de son espace vital. Ils autorisent la rencontre en cadrant le niveau où elle peut se faire et créent des issues, pour la préservation et la satisfaction de chacun. Toutes les situations de la vie sociale, comme par exemple la crise financière, le démontrent. Recevoir quelqu'un en shiatsu, en réflexologie ou en aromathérapie fait partie, tout comme les fêtes de fin d'années, de ces moments où la ritualisation joue un rôle essentiel.

Alors bons rituels à tous et tous nos meilleurs vœux pour cette année 2009.

Michel Odoul.

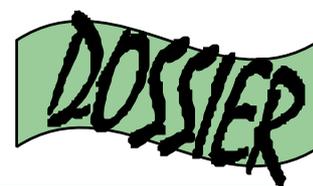


Le ciel et la terre sont beaux, mais l'âme d'un homme qui se lève en-dessus de la misère est plus belle encore.

Georges Bernanos.



La Temprana, une réflexologie totale...



Un dossier réalisé par Elske Miles et Michel Odoul.

Nous continuons dans ce numéro de la Lettre, notre étude sur la pratique de la Réflexologie en Europe, avec un dossier sur cette grande dame de la réflexologie que nous avons évoquée dans le dossier sur l'Espagne. Il s'agit de Lone Sorensen qui a créé une méthode particulière, la Temprana, dont les résultats sont particulièrement étonnants. Elske a rencontré Lone Sorensen et recueilli son témoignage.

Lisez plutôt.

Michel Odoul.



Lone Sorensen : la grandeur d'un parcours de vie « en solitaire »

Dans le dernier numéro de *La Lettre*, j'ai brièvement évoqué le cursus de réflexologie très important qui est proposé par l'Institut Lone Sorensen à Barcelone. Le parcours exceptionnel de la fondatrice de cette école en Espagne, où tout son cursus bénéficie de la reconnaissance officielle du gouvernement de la Catalogne en tant que technique médicale complémentaire, m'a paru si passionnant que nous avons décidé à l'Institut d'y consacrer un dossier spécial.

Ses débuts à Copenhague

Lone Sorensen est d'origine danoise. Passionnée par le domaine de la santé dès un très jeune âge, elle reçoit sa



Lone Sorensen

formation en tant que praticienne en podologie-réflexologie au Danemark où elle commence à travailler dans son premier cabinet de réflexologie plantaire. Elle n'a encore que 18 ans. Pendant les trois premières années, elle continue à étudier les techniques traditionnelles occidentales de la réflexothérapie zonale. Son esprit curieux la pousse à se former à des domaines thérapeutiques aussi différents que l'acupuncture, la kinésiothérapie et la thérapie sacro-crânienne.

Dès l'ouverture de ses portes, son cabinet ne désemplit pas. A l'époque, Lone fait partie d'un poignet de praticiens professionnels au Danemark : ils étaient au nombre de 59. Très vite, elle embauche huit collègues expérimentés pour répondre à la demande toujours croissante de sa clientèle. Ce travail avec une équipe compétente pour la seconder lui permet de se consacrer plus particulièrement aux enfants.

De 1981 à 1988, elle travaille majoritairement avec des enfants souffrant de troubles comportementaux et de troubles d'apprentissage au Danemark. En 1983, lors d'un cours avancé sur l'acupuncture, son professeur chinois lui révèle l'existence de 16 points d'acupuncture situés sur le visage qui sont directement en lien avec une stimulation corticale. Elle commence tout de suite à incorporer



ces nouvelles données dans les soins qu'elle procure aux enfants ayant des troubles scolaires et obtint d'excellents résultats !

La première cartographie réflexologique du visage qu'elle dessine date de cette période. Elle décide de créer son propre institut d'enseignement pour transmettre cette nouvelle approche. Ses cours et ses consultations rendent compte de ses propres recherches dans d'autres disciplines, de sa riche expérience d'adulte et de son dévouement profond pour les enfants.





Le vrai bonheur, ce ne sont pas des désirs comblés, mais des devoirs accomplis.

Karl V. Gerok.



Son départ vers l'Argentine

Sa décision de quitter la danoise et son institut de formation, qu'elle a fondés au Danemark pour aller s'installer en Argentine surprend son entourage, mais, Lone ne connaît pas le doute et ouvre, dès son arrivée à Bahia Blanca en juillet 1988, son cabinet de réflexothérapie. Elle ignore à l'époque qu'elle est la seule réflexologue dans toute l'Argentine et que la célèbre technique danoise y est entièrement inconnue.

Grâce à l'efficacité de son travail thérapeutique, le téléphone « argentin » se met en marche : très vite, elle reçoit une centaine de patients par mois. Les problèmes de la santé qui amènent bon nombre de ces personnes à la consulter sont bien différents que ceux qu'elle avait l'habitude de voir au Danemark. Souvent, elle se trouve en présence de personnes souffrant de pathologies graves.

Mais les résultats des soins intensifs et à répétition qu'elle fait en réflexologie plantaire étant conduants, sa réputation continue à grandir. Ses journées de consultation sont très longues : elle ne ferme son cabinet qu'après avoir reçu le dernier patient. Les distances étant longues et les routes dans la montagne étant des pistes en terre, il lui est inconcevable de renvoyer une personne sans l'avoir examinée.

Sa rencontre avec Susanna

Puis, un jour elle voit à travers sa fenêtre une jeune femme de 26 ans s'approcher péniblement. Trois ans auparavant Susanna avait fait un accident vasculaire cérébral qui avait endommagé le cortex frontal gauche, le cortex moteur-sensitif du côté gauche et une petite partie du côté droit. La spasticité touchait les deux membres inférieurs ainsi que les membres supérieurs. Elle avait de sérieux troubles d'élocution et ne pouvait ni manger, ni s'habiller seule.

Quand la jeune patiente l'implore de faire quelque chose pour récupérer l'usage normal de ses membres, Lone a du mal à contenir son propre désarroi : comment répondre à une deman-

de aussi impossible à réaliser sans briser l'espoir à tout jamais ? Elle lui répond que, bien qu'elle ne puisse rien lui promettre, elle ne lui ferait certainement pas de mal. Lone fait un premier soin plantaire auquel elle ajoute les points d'acupuncture spécifiques qui sont à l'origine de sa première cartographie faciale. Le corps de Susanna se détend pendant deux minutes. Lone fait alors ce type de protocole régulièrement pendant deux mois sans arriver à faire évoluer la situation. Il n'y avait que ce petit moment de détente passager qui permettait de garder espoir et de continuer, mais les résultats ne tenaient pas dans le temps.

Sa rencontre avec les tribus nomades des Andes

A ce rythme soutenu de consultations difficiles, il est évident que Lone avait besoin de repos et de prendre du recul pour réfléchir à son avenir professionnel en Argentine. C'est dans cet esprit qu'elle se retire dans les Andes en novembre 1988 pour se ressourcer dans les sources volcaniques de Cophau.

Depuis des siècles, ces sources sont utilisées pour leurs vertus curatives par les peuples indigènes. Et c'est dans ce cadre unique au monde où onze sources d'eau chaude, de composition minérale et de couleur différente, jaillissent de la terre sulfureuse, que la jeune Danoise va faire une rencontre bouleversante...

Lors de cette première visite aux sources volcaniques de Cophau, Lone aperçoit un campement d'une des tribus nomades qui continuent à suivre le rythme des saisons dans cette région. Elle y découvre une forme très ordonnée de massage facial que les femmes utilisent pour se masser. Le groupe nomade l'observe tranquillement : elle se sent la bienvenue. Son premier séjour étant de 10 jours, elle revient les jours suivants, à la même heure, observer les gestes et les transcrire sur papier. Dans les séquences techniques, son œil professionnel reconnaît une forme de réflexothérapie faciale. Les deux années suivantes, Lone retourne, à la même

période de l'année, les retrouver dans les montagnes pour apprendre leur technique.

La victoire de Susanna

De retour à Bahia Blanca, Lone commence à intégrer la technique traditionnelle aborigène qu'elle vient de découvrir à la toute première cartographie du visage qu'elle avait élaborée au Danemark. Elle applique cette nouvelle technique à Susanna : les résultats sont si évidents que les deux – patiente et praticienne – sont encouragées à établir un rythme très soutenu de soins. Elle intègre aussi à son protocole des points spécifiques, indiqués pour améliorer la spasticité des membres, que le docteur Fister lui a confiés par le biais de son association de réflexologie au Danemark. Pendant un an, Lone fait trois soins par semaine à Susanna. Au bout de ces 12 mois de soins réguliers, la condition de Susanna s'est tellement améliorée qu'elle est devenue indépendante et commence à travailler chez Lone en tant que secrétaire et assistante personnelle. Enfin, les soins pouvaient être espacés à un soin hebdomadaire.

La première à être ébahie des résultats est la praticienne elle-même qui a maintenant le statut de magicienne-guérisseuse dans le pays. Mais comme il s'agit d'une femme ayant la tête sur les épaules, elle tient absolument à approfondir sa compréhension des effets neurologiques exceptionnels de cette technique naissante...

Sa découverte du diên chôn vietnamien à Cuba

Or, elle sait que c'est grâce au docteur Florea Caballo, un médecin qui exerçait en Argentine, que l'acupuncture a été officiellement reconnue comme médecine à Cuba. Depuis 1962, les réflexothérapies et l'acupuncture sont utilisées dans les services de rééducation avec d'excellents résultats. A Cuba, comme cela est également le cas en Chine, les traitements en réflexothérapie sont quotidiens et la stimulation est très intensive (jusqu'à 8 heures par jour) pour obtenir des résultats optimaux.



FACIAL REFLEXOLOGY

PUNTOS NEUROLÓGICOS



d'électro-stimulation de certains points du corps l'a aidée à établir une cartographie très détaillée de points neurologiques sur les mains et les pieds.

De retour en Argentine, elle forme des praticiens à sa technique pour la seconder. Sa réputation ne cesse de grandir. Elle déménage pour permettre à son équipe de recevoir un plus grand nombre de patients par jour. Il s'agit d'une maison de quatre étages où elle et son équipe assurent 350 traitements par semaine.

Sa célébrité lui attire de plus en plus d'ennuis auprès des structures officielles de santé en Argentine. Elle reçoit des menaces anonymes et est inquiète pour la sécurité de sa famille. En 1997 sa clinique et toute la précieuse documentation de ses années d'expériences cliniques ont disparus dans un incendie d'origine mystérieuse. Il est temps pour elle de rentrer chez elle...

La Thérapie « Temprana » induit l'usage des techniques suivantes :

- ◆ la réflexologie faciale (les points réflexes du diên chôn, le massage facial traditionnel indien, l'acupressure crânienne.)
- ◆ la réflexologie plantaire (la réflexothérapie zonale, la neuro-réflexologie plantaire)
- ◆ la réflexologie palmaire (la réflexologie palmaire coréenne)
- ◆ la stimulation de chaînes musculaires par des mouvements
- ◆ certaines techniques kinésiologiques de « Brain Gym »
- ◆ la musico-thérapie
- ◆ la nutrition

C'est donc là qu'elle est allée chercher des réponses à ses nombreuses interrogations. Lors de son voyage à Cuba en 1991 elle assiste à une présentation des travaux du Dr. Bui Quoc Chau. Très vite, elle comprend la valeur des cartographies du *diên chôn* et de ses points réflexes du visage pour élucider la rapidité avec laquelle les stimuli sur le visage sont transmis au cortex cérébral pour produire un effet tout aussi rapidement dans l'organisme. Il s'agit d'une technique de stimulation corticale visant directement les organes dans le corps sans avoir besoin de passer d'abord par le système rachidien pour être perçue. Les bases fondamentales du *diên chôn* vont nourrir sa technique de réflexologie faciale et deviendront une référence indispensable dans ses techniques de rééducation.

Ses années d'expérience et ses observations à Cuba la réconfortent dans l'idée qu'il faut travailler de façon constante, quotidienne et intensive pour avoir d'excellents résultats dans le domaine de la rééducation de troubles neurologiques. Par la suite, elle est retournée à Cuba pour étudier la méthode japonaise, « Ryodotten », qui avait été développée par le Dr. Yoshio Nakatanis. Cette technique



Temprana : Une technique unique de réflexothérapie pluridisciplinaire

L'ensemble de ses connaissances en réflexothérapie zonale, de ses rencontres significatives, de ses découvertes et de ses intuitions est à l'origine d'une réflexothérapie unique au monde : la « TEMPRANA ».

La technique « Temprana » est une thérapie multidisciplinaire destinée à améliorer des troubles neurologiques chez les enfants. Le terme « temprana » veut dire « tôt » en espagnol. Ce néologisme traduit l'idée que les effets thérapeutiques obtenus sur des dysfonctionnements neurologiques sont très importants si le travail de rééducation peut commencer le plus tôt possible. Les bases théoriques se trouvent dans la vision orientale de la médecine traditionnelle chinoise, les connaissances ancestrales des communautés indiennes d'Amérique du Sud, et la vision neurologique des réflexothérapies occidentales.



Brain Gym.

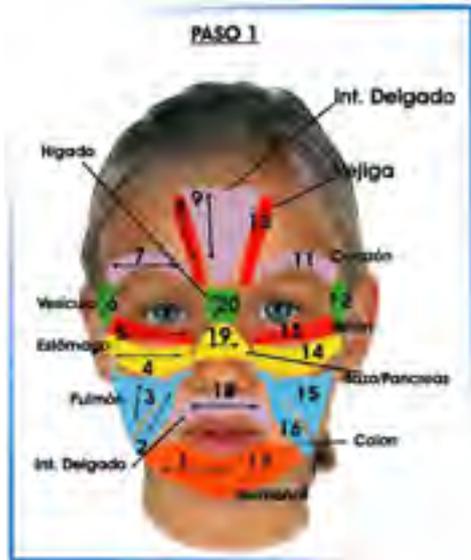
Ces techniques de stimulation sont savamment combinées en fonction de la situation et du besoin de chaque patient. Le but est d'activer par le toucher précis toutes les structures de l'organisme pour rétablir la bonne communication entre le système nerveux, le système hormonal et le système énergétique des méridiens.





En somme, rien n'est inadmissible sauf peut-être la vie, à moins qu'on ne l'admette pour la réinventer tous les jours.

Blaise Cendrars.



Le deuxième rendez-vous est à distance du premier pour permettre d'évaluer l'évolution. Au moment de cette deuxième rencontre, le praticien établira un nouveau protocole de points réflexes à stimuler quotidiennement.

Il s'agit d'un travail en équipe permettant d'assurer un travail de stimulation très ciblé sur des zones étant en lien avec des régions corticales très précises.

Les troubles neurologiques et comportementaux pour lesquels la thérapie « Temprana » est particulièrement utilisée :

- autisme
- accidents cérébraux
- traumatismes crâniens
- troubles de la vision
- troubles de l'audition
- troubles de l'apprentissage
- dyslexie
- hyperactivité
- troubles de la diction
- épilepsie
- handicaps moteurs
- trisomie 21

Du retour « forcé » à Copenhague à une dimension humaine dépassant les frontières

Son retour à Copenhague, après 10 ans de travail à l'étranger, est couronné en 2000 par la reconnaissance officielle de sa méthodologie, de ses techniques

de soin et du concept de « Temprana » par le Centre National Filadelfia Kurhuset pour la Rééducation – un centre médical à Copenhague qui s'occupe uniquement de la rééducation de patients souffrant de traumatismes crâniens. Et, en 2001, elle reçoit trois titres de noblesse de la part de la O.M.H.S (organisation humanitaire de la santé en Argentine) pour sa contribution rendue à l'humanité par son œuvre en réflexothérapie.

Elske Miles.

N.d.l.r: Nous serons très certainement amenés à revoir Lone Sorensen. Le cadre reste à définir. Cela se fera peut-être lors du voyage de Elske au Danemark, où elle ponctuera notre enquête sur la pratique de la Réflexologie en Europe. Nous ne manquerons pas de vous tenir informé(e)s de cette rencontre. Mais avant cela, Elske nous donnera dans la prochaine lettre, des infos internationales. Elle participe en effet, à l'invitation des organisateurs à un congrès mondial en Aromathérapie qui se déroule en Afrique du Sud, début février 2009.



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

Toujours dans la continuité de notre présence sur les grands salons représentatifs de notre domaine, le salon « Médecine douce » est celui du début de l'année. Il va, début février, à nouveau nous permettre de présenter notre idée du Shiatsu, des RéflexologieS et des Huiles Essentielles. Nous considérons qu'il fait partie de ces moments « publics » plus ou moins institutionnels, lors desquels certaines références d'image s'ancrent.

Ce niveau de reconnaissance fait que cette année encore, Elske et Michel ont été invités à faire des interventions, dans le cadre des conférences officielles du salon (voir le programme page 13). Venez nombreux, ainsi qu'aux deux autres conférences/ateliers prévus, d'autant qu'à cette occasion les derniers livres d'Elske et de Michel seront présentés pour la première fois au public..

Nous aurons plaisir à vous accueillir du **5 au 9 février 2009, Porte de Versailles à Paris, sur le stand G3 dans le hall 2.2.**

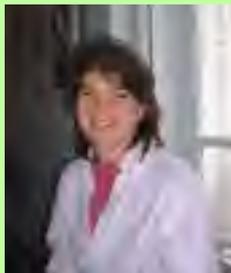




On fait la science avec des faits comme on fait une maison avec des pierres. Mais une accumulation de faits n'est pas plus une science qu'un tas de pierres n'est une maison..

Henri Poincaré.

- AROMATHEQUE - - AROMATHEQUE -



Je te tiens, tu me tiens...

La période de la fin de l'année est également celle d'une nouvelle année. C'est un moment où l'on est amené à faire sortir de l'ombre du quotidien les liens profonds qui nous unissent aux autres membres de nos familles. Du fait de la profondeur des liens de famille, ces moments de rencontre ou d'absence de rencontre ne sont jamais anodins.

Les liens avec les parents, quel que soit l'âge de l'enfant, sont souvent colorés par le besoin d'être aimé, choyé, protégé. En fonction du vécu de chacun, ce besoin d'enfant sera accompagné d'émotions fortes : joie, reconnaissance, peur, regret, rivalité, mépris, oppression, fuite...

Ainsi, une fois par an, on a une occasion en or pour faire le point avec soi-même.

Notre comportement au sein de la famille proche nous révèle à nous-mêmes. C'est le baromètre de notre dimension spirituelle et donc humaine. L'enfant apprend au parent à donner sans rien attendre. Le parent apprend à l'enfant la reconnaissance d'être en vie. Et si le lien entre parent et enfant révélait en fait les deux faces du même cœur humain ? Tantôt on donne librement, tantôt on reçoit... tout aussi librement !

Or, pour répondre dignement à la dimension qui nous anime en cette saison, j'ai choisi une plante aromatique qui reflète toute la profondeur et la complexité des liens qui nous unissent aux personnes de notre entourage. Le Ciste ladanifère tient son nom de la forme de ses fruits qui sont autant de petits paniers (*cisthos* en latin) contenant la précieuse substance, le labdanum, qui parfumait la barbichette des pharaons lors de rites sacrés.

Aujourd'hui encore, on fait une exploitation artisanale du labdanum sur les bords de la mer Méditerranée. Pour récolter la résine odorante qui devient liquide et très collante sous la chaleur du soleil, les buissons sont balayés avec des lanières en cuir. Ensuite on récupère la précieuse substance en grattant les lanières. La gomme végétale, au parfum intense et puissant, est souvent utilisée en parfumerie pour remplacer l'ambre gris, d'origine animale, pour des raisons écologiques.

La ressemblance d'une substance végétale à une substance animale lui confère une dimension viscérale qui est très riche de sens dans le domaine thérapeutique. Il existe dans l'huile essentielle de Ciste, comme dans le remède homéopathique, *Ambra griséa*, une dimension pulsionnelle qui permet d'aller travailler sur les peurs profondes de l'être : sa peur de la mort ; sa peur de l'amour.

Si le Ciste est connu en aromathérapie, c'est surtout pour la résine que toute la plante, à l'exception des fleurs, exhale. Regardons de plus près ces fleurs délicates aux cinq pétales blanches, tachetées chacune d'une goutte sombre. Elles portent la signature de la peau et du sang, de la pureté et de la passion, de la vie et de la mort. Les jolies fleurs, irrésistiblement mises en lumière par la fragrance tenace du Labdanum, se fanent presque aussitôt qu'elles sont cueillies. C'est pour cette raison que, dans la tradition victorienne du langage des fleurs, le Ciste signifie littéralement « je vous annonce ma mort imminente. » Mourir d'avoir trop aimé, mourir d'être trop aimé...

Pour vous autoriser à vivre la liberté entre égaux dans les liens d'amour qui vous relient aux vôtres, appliquez trois gouttes d'huile essentielle de *Cistus ladaniferus CT pinène* sur la zone du sacrum, le soir au coucher pendant une semaine.

Elske Miles.



Nouvelle assistante « capée ».

Vous connaissez tous l'équipe des assistants « capés » de l'Institut qui accompagnent les formateurs lors des modules qu'ils animent. Aujourd'hui, nous avons le plaisir d'accueillir **Alexandra** dans cette équipe. Elle rejoint **Catherine**, **Elodie**, **Viviane**, **Peter**, **Ludovic** et **Alain**.

Nous vous rappelons que les assistants « capés » sont tous praticiens de confort ou praticiens professionnels, en shiatsu et/ou en réflexologie plantaire et/ou en huiles essentielles. Ils sont tous assistants depuis plusieurs mois, voire plusieurs années et ils participent à l'animation des salons. Ils sont adoués par les responsables de l'Institut et les formateurs pour l'ensemble de leurs qualités humaines, professionnelles, leur disponibilité, leur sérieux, leur curiosité. Ils continuent à se former, à développer leurs compétences.

L'Institut est ravi de compter sur une équipe de qualité qui participe grandement à l'image de professionnalisme que nous souhaitons développer en permanence.



Le sourire est une lumière qui se montre à la fenêtre d'un visage et qui annonce que le cœur est là.

Dicton oriental.

TEMOIGNAGES ET EXPERIENCES.

Nous vous proposons dans cette Lettre, deux témoignages de praticiens formés à l'Institut, Marianna Kernanet et Laurence Gillet. Le parcours de chacune d'elles, certes différent, nous montre que les clin d'œil que la vie offre sous forme d'opportunités intéressantes, sont accessibles à qui veut bien les saisir. Lisez plutôt.

Il est des moments où le cours des choses semble aller lentement ; pourtant si l'on se pose et que l'on prend le temps de regarder en arrière, le chemin parcouru montre un tableau bien différent de l'impression. ... pour preuve ce petit état des lieux me concernant :

Mi 2006, je commence à suivre les formations de Shiatsu à l'Institut.

Fin 2007, c'est l'examen et surtout, beaucoup plus vite que je ne l'envisageais, la formalisation de mon activité Shiatsu grâce à un contrat avec un CE d'entreprise arrivé... comme ça !

En 2008 démarrage du Cabinet à Ollainville.

Fin 2008.....Je souhaitais « très fort » partager mon temps entre Ollainville et Provins et quitter au moins de manière partielle mon activité de salariée (il fallait bien que je me rassure !) pour me consacrer pleinement au Shiatsu, mais aussi aux huiles essentielles et à la réflexologie.

Tandis qu'enfin je « lâchais prise » face à toutes ces réflexions, je démarrais les recherches de piste et échaffaudais quelques plans sur la comète cet été...

Septembre 2008 : à l'occasion d'un dîner, on me propose un lieu d'installation à Provins avec des conditions exceptionnelles de location pour un démarrage en toute sérénité. L'emplacement est extrêmement bien situé dans les rues piétonnes et commerçantes de la Ville Basse et la propriétaire du lieu qui tient le plus grand salon de coiffure de la ville me fait de la publicité.

Une fois encore, même s'il peut par ailleurs y avoir quelques des ombres au tableau, je prends conscience que tout est venu assez simplement : le « lâcher prise » n'est décidément pas une vaine expression !

Et puis, comme un bonheur n'arrive jamais seul (ça ce n'est pas du shiatsu mais les bons vieux dictons !) : Le Club 41 Provinois m'invite à installer un stand Shiatsu en avril prochain à l'occasion de la « Foire aux Plantes Rares » qu'ils organisent et le président de l'Union des Commerçants de la Ville de Provins me propose de participer au Salon Zen et Lingerie qui se déroulera en mai 2009. Enfin, pour mettre une petite impulsion au Cabinet d'Ollainville, un Comité d'Entreprise d'une grosse entreprise (1200 personnes) me fait intervenir dès la fin Novembre et de manière hebdomadaire pour offrir du Shiatsu Assis au personnel.

Cette fin d'année dense et pleine de projets pourrait presque me faire dire : je l'ai rêvé, le Shiatsu l'a fait

Merci à l'Institut de nous amener à pousser de nouvelles portes.

Marianna Kernanet.

Pour Laurence Gillet, le clin d'œil a pris la forme d'un nouvel article consacré à l'un des praticiens référencés par l'Institut et paru dans la presse régionale. Laurence a eu les honneurs d'un bel article de l'Est Républicain le 16 août 2008, dans lequel le journaliste présente avec clarté et simplicité la pratique du Shiatsu. Suit ensuite une belle incitation à faire appel aux qualités de praticienne de Laurence. Que ce soit dans le cas de Mariana comme dans celui de Laurence, le Shiatsu Assis, apparaît vraiment comme une pratique qui peut ouvrir des portes intéressantes, en particulier lorsque l'on débute.

Lisez plutôt !

Est Républicain 16 Août Bien-être au bout des doigts

Parce que Laurence Gillet, infirmière de formation, recherchait à compléter l'approche de son métier, elle s'est intéressée au shiatsu et a installé son cabinet au 25, avenue de la Gare depuis quelques mois. « Je voulais compléter mon métier d'infirmière qui l'exerce depuis 1987, allier le travail sur le corps et sur l'esprit. Diplômée en psychologie, tournée vers les disciplines orientales en pratiquant notamment le karaté, j'ai fini par entamer une formation à la technique du shiatsu en 2007 », précise-t-elle.

Le shiatsu est une discipline qui peut se pratiquer en cabinet ou en entreprise. Au Japon, très prisé des cadres à la sortie des bureaux, le shiatsu apaise, redonne vitalité et dynamisme en une séance de 15 minutes en entreprises ou de 60 minutes en cabinet. Cela consiste à travers les vêtements à procéder à des étirements, des pressions sur certains points de façon à faciliter la libre circulation de l'énergie.

Ni massage, ni déologie, ni



Laurence Gillet allie le travail sur le corps et l'esprit.

médecine au sens occidental du terme, le shiatsu est une méthode de relaxation et de bien-être que Laurence Gillet propose de découvrir à laines belles et ceux touchés par le stress dans leur vie personnelle, au travail ou tout simplement qui souhaitent se sentir mieux dans leur corps.

● Renseignements au 06.12.54.52.85.

- INFOS SITES -



Retrouvez les coordonnées de tous les praticiens référencés sur nos sites.





1 Qu'est-ce qu'un auto-entrepreneur ?

C'est une personne qui souhaite créer une entreprise individuelle pour exercer une activité commerciale, artisanale ou libérale, à titre principal ou complémentaire, et dont le chiffre d'affaires ne dépasse pas en 2008 :

- 80 000 euros HT pour une activité d'achat-vente, de vente à consommer sur place et de prestation d'hébergement,
- et 32 000 euros HT pour les prestations de services.

L'auto-entrepreneur bénéficiera :

- d'une dispense d'immatriculation au registre du commerce et des sociétés (RCS) pour les commerçants, ou au répertoire des métiers (RM) pour les artisans,
- d'une exonération de TVA,
- d'un régime micro-social simplifié,
- et sur option, d'un régime micro-fiscal simplifié (versement libératoire de l'impôt sur le revenu) et d'une exonération temporaire de taxe professionnelle.

2 Qui est concerné par la dispense d'immatriculation ?

Les personnes souhaitant exercer une activité commerciale, artisanale ou de service. Bien que non immatriculées au RCS ou au RM, l'entreprise créée par l'auto-entrepreneur aura un numéro SIREN. La réglementation liée à l'exercice d'une activité devra être respectée.

3 Comment se déclarer auto-entrepreneur ?

En effectuant une simple déclaration d'activité auprès du centre de formalités des entreprises (CFE) :

- si vous exercez une activité commerciale, auprès de la chambre de commerce et d'industrie,
- si vous exercez une activité artisanale, auprès de la chambre de métiers et de l'artisanat,
- si vous exercez une activité libérale, auprès de l'Urssaf.

Vous pourrez également effectuer cette déclaration sur Internet à partir du site : www.autoentrepreneur.fr

4 Quel est le régime de l'auto-entrepreneur au niveau des cotisations sociales ?

C'est un régime simplifié de calcul et de paiement des cotisations sociales qui ouvre des droits à l'assurance maladie et à la retraite. Il s'adresse à tous les auto-entrepreneurs. Chaque mois ou chaque trimestre, selon votre choix, vous paierez des cotisations sociales en fonction des recettes encaissées au cours de la période retenue. Le montant de vos cotisations sera connu immédiatement car il sera égal à :

- 12 % du chiffre d'affaires pour une activité d'achat-vente, de vente à consommer sur place et de prestation d'hébergement,
- 21,3 % du chiffre d'affaires pour les prestations de services,
- et 18,3 % des recettes pour les professions libérales relevant de la caisse d'assurance vieillesse de la CPAV (Caisse interprofessionnelle de prévoyance et d'assurance vieillesse).

Avec ce régime, si vous n'encaissez rien, vous ne payez rien. Vous n'aurez pas non plus de cotisations sociales à régulariser l'année suivante.

Pour estimer le montant de vos charges, consultez le site Internet de l'Agence pour la création d'entreprise (APCE) : www.apce.com

5 Comment déclarer et payer mes charges sociales ?

Une option pour ce régime devra :

- être formulée sur la déclaration de création de votre activité déposée au CFE,
- ou, être effectuée auprès du RSI au plus tard le dernier jour du troisième mois qui suit la création de votre entreprise, ou pour les entrepreneurs en activité, au plus tard le 31 décembre pour y prétendre l'année suivante.

Vous choisirez l'échéance de paiement de vos cotisations sociales : mensuelle ou trimestrielle.

Un formulaire vous permettra de déclarer chaque mois ou chaque trimestre le chiffre d'affaires que vous avez réalisé au cours de cette période, et de payer les cotisations sociales correspondantes.

Vous pourrez également opérer cette déclaration par Internet à partir du site : www.autoentrepreneur.fr

Mais si vous n'avez pas réalisé de chiffre d'affaires au cours du mois ou du trimestre, vous n'aurez pas de déclaration à faire !

6 Quelles sont mes obligations fiscales ?

En tant qu'auto-entrepreneur, vous serez obligatoirement soumis au régime fiscal de la micro-entreprise. A ce titre, vous ne facturerez pas de TVA et vous serez redevable de l'impôt sur le revenu (IR). Vous pourrez choisir entre deux modes d'imposition à l'IR :

- le nouveau régime micro-fiscal simplifié (versement libératoire de l'impôt sur le revenu),
- le calcul et le paiement de l'impôt l'année suivant la réalisation du bénéfice.

En optant pour le versement libératoire de l'impôt sur le revenu, vous serez également exonéré de taxe professionnelle l'année de la création de votre entreprise et les deux années suivantes !

7 Quel est le principe du versement libératoire de l'impôt sur le revenu ?

Chaque mois ou chaque trimestre, vous déclarerez et paierez l'impôt sur le revenu (IR). Le montant de votre IR correspondra à un pourcentage de vos recettes encaissées au cours de cette période :

- 1% s'il s'agit d'entreprises dont l'activité principale est l'achat/vente, la vente à consommer sur place et la prestation d'hébergement,
- 1,7% pour les activités de services relevant des bénéfices industriels et commerciaux (BIC),
- 2,2 % pour les activités libérales.

Plus besoin de payer l'impôt sur les bénéfices l'année suivante !

NOUVEAU !

Le texte de loi de modernisation de l'économie a enfin été adopté. C'est un grand pas pour tous ceux qui souhaitent démarrer une activité, comme par exemple les nouveaux praticiens en Shiatsu ou en Réflexologie. Les anciens cadres légaux, contraignants et datant d'une autre époque (charges importantes, cotisations inadaptées, etc.), faisaient peur à beaucoup et les conduisaient soit à reporter le démarrage de leur activité, soit à exercer hors légalité.

Le nouveau statut « d'auto-entrepreneur » change toute la donne, à tous points de vue et représente vraiment une opportunité formidable pour tous les futurs praticiens. Simplicité totale de déclaration, cotisations sociales minimales calculées au plus juste (selon le CA), obligations fiscales réduites au strict minimum, etc. (voir ci-contre), tout est fait pour vous faciliter la vie.

Cerise sur le gâteau: ce statut est accessible à tous ceux qui exercent déjà sous un autre statut et souhaitent en changer.

Nous sommes vraiment ravis de cette avancée dont toute la société civile ne pourra que bénéficier.



Pour y prétendre, vous devez avoir opté pour le régime micro-social simplifié et avoir un revenu fiscal de référence n'excédant pas 25 195 euros par part de quotient familial, soit 25 195 euros pour une personne bénéficiant d'une part, ou 50 390 euros pour un couple sans enfant avec 2 parts etc. (plafonds applicables aux revenus de 2007, pour une option pour 2009).

L'option pour le versement libératoire de l'impôt sur le revenu devra :

- être formulée sur la déclaration de création de votre activité déposée au CFE,
- ou, être effectuée auprès de l'administration au plus tard le dernier jour du troisième mois qui suit la création de votre entreprise. Pour les entrepreneurs en activité, au plus tard le 31 décembre pour y prétendre l'année suivante.



8 Quelles sont mes obligations comptables ?

Elles sont allégées. Un livre-journal détaillant vos recettes devra être tenu, et pour les seuls activités de vente ou de fourniture de logement, un registre récapitulatif par année présentant le détail de vos achats. L'ensemble des factures et pièces justificatives relatives à vos achats, ventes et prestations de services devront être conservées.

Enfin, la mention "TVA non applicable, article 293 B du CGI" devra être portée sur vos factures.

9 En tant qu'auto-entrepreneur, puis-je protéger mes biens personnels des risques liés à l'activité ?

Oui, en effectuant devant un notaire une déclaration d'insaisissabilité non seulement de votre résidence principale mais également de tous les biens composant votre patrimoine immobilier non affectés à votre usage professionnel.

10 Si mon chiffre d'affaires dépasse le seuil, que se passe-t'il ?

Vous pourrez continuer à bénéficier du régime fiscal de la micro-entreprise pour la fin de l'année civile en cours et l'année suivante si votre chiffre d'affaires HT ne dépasse pas 88 000 euros pour une activité d'achat/revendu, de vente à consommer sur place et de prestation d'hébergement, ou 34 000 euros pour une activité de services. Pendant cette période, vous continuerez à bénéficier de la dispense d'immatriculation au RCS ou au RM, et des régimes micro-social et micro-fiscal simplifiés (versement libératoire de l'impôt sur le revenu).

Pour en savoir plus ;
www.lautoentrepreneur.fr

Pour les
Praticiens
déjà installés!

L'entrepreneur déjà en activité qui remplit les conditions préalables pour devenir auto-entrepreneur a accès, à compter du 1er janvier 2009, aux mêmes avantages que le créateur d'entreprise s'il souhaite devenir auto-entrepreneur sauf en ce qui concerne la dispense d'immatriculation qui est réservée aux personnes qui n'étaient pas immatriculées au RCS ou au RM.

Ce que vous apporte le nouveau régime

1/ Option pour le régime du micro-social simplifié

Vous pouvez demander à bénéficier du régime simplifié de versement libératoire en matière sociale réservé aux auto-entrepreneurs. Il vous suffit d'effectuer la demande par écrit auprès de la caisse de base du régime social des indépendants à laquelle vous êtes affilié, au plus tard le 31 décembre de l'année précédant celle au cours de laquelle ces dispositions s'appliqueront. A titre exceptionnel, les entreprises existantes au 1er janvier 2009 pourront exercer leur option pour le régime du micro-social simplifié jusqu'au 31 mars 2009 pour une application au titre de 2009. Le choix de l'option de paiement vaut pour une année entière.

Vous pouvez alors acquitter vos charges sociales personnelles par un paiement libératoire calculé sur vos encaissements selon un forfait de :

- ♦ 12% pour les entreprises dont l'activité principale est de vendre des marchandises, objets, fournitures et denrées à emporter ou à consommer sur place ou de fournir le logement;
- ♦ 21,3% pour les entreprises dont l'activité principale est de fournir des prestations autres que celles relevant du seuil de 80 000 euros;
- ♦ 18,3% pour les prestations de service délivrées par les professionnels libéraux qui relèvent de la caisse interprofessionnelle de prévoyance et d'assurance vieillesse (CIPAV). La liste des activités concernées figure en Annexe II. L'entrée en vigueur de ce taux est toutefois conditionnée à la signature d'un accord entre cette caisse, le régime social des indépendants (RSI) et l'ACOSS.

2/Option pour le versement libératoire de l'impôt sur le revenu.

Vous pouvez demander à bénéficier de cette option supplémentaire de versement libératoire de l'impôt sur le revenu assis sur le chiffre d'affaires de l'entreprise individuelle à condition d'avoir opté pour le régime du micro-social simplifié (voir paragraphe ci-dessus) et à condition que le revenu global de votre foyer ne dépasse pas 25 195 € par part de quotient familial.

Comment opter? Vous devez adresser votre option à la caisse du RSI dont vous dépendez au plus tard le 31 décembre de l'année précédant celle au titre de laquelle l'option est exercée. Toutefois, à titre exceptionnel, vous pourrez bénéficier de ce régime en 2009, si vous optez avant le 31 mars 2009. Vos cotisations seront recalculées et les trop perçus éventuels vous seront remboursés. Cette option vous offre le bénéfice du Versement libératoire de l'impôt sur le revenu assis sur votre chiffre d'affaires encaissé et vos recettes.

- LES MÉDIAS PARLENT DE L'INSTITUT -

Comme vous pouvez le constater, l'actualité médias est encore très riche ce trimestre. Six reportages ou émissions de télévision, dont les grandes chaînes publiques, en deux mois et demi! Très clairement, nos approches sont de plus en plus intégrées et comprises par la société civile car ces médias vont là où le public est présent ou manifeste de l'intérêt. Il y a là un signe incontestable de l'inscription du Shiatsu et de la Réflexologie dans les perspectives de l'emploi en tant que vrais métiers. Nous œuvrons en ce sens depuis des années. Un autre signe peut également être perçu derrière cette activité médias, à savoir que l'Institut est vraiment reconnu comme une référence.

Direct 8 : La chaîne est venue à l'Institut tourner un reportage sur la réflexologie et Elske a présenté sa discipline en montrant une séance de réflexologie. Le reportage a été diffusé lors d'une émission Bien Etre le mercredi 8 octobre 2008.



Direct 8 : Michel a été invité en tant qu'expert, le 21 octobre 2008, dans le cadre de l'émission Bien Etre sur le thème « Le ventre, centre des émotions ».



Direct 8 : Michel a, de nouveau été invité en tant qu'expert, le 6 novembre 2008, toujours dans l'émission Bien Etre, mais cette fois-ci, sur le thème « bien dans son corps ».



Direct 8 : Michel est enfin intervenu le 19 novembre 2008 dans le cadre de la même émission sur le thème « La Médecine Traditionnelle Chinoise ». Invité en compagnie du Dr Yves Requena, autre spécialiste de la M.T.C., Michel a expliqué quels sont tous les principes qui soutiennent cette médecine globale. Au cours de l'émission, un reportage tourné à l'Institut a été présenté au cours duquel Michel faisait entre autres, la démonstration de l'utilisation de moxas au cours d'une séance de shiatsu. Merci à Carolyn d'avoir participé à cette séance.



M 6 : Le 14 octobre 2008, au cours de l'émission 100% MAG, un reportage sur les reconversions a été présenté. Dans ce cadre, un reportage tourné à l'Institut lors du stage « pratique de consultation » le 26 septembre 2008, présentait les reconversions en tant que praticien shiatsu, l'Institut étant présenté « comme la meilleure référence en la matière ». De plus, Stéphane Tanguy, ex jardinier au Potager du Roi de Versailles et praticien shiatsu référencé par l'Institut a été interviewé dans son cabinet. Bravo pour son excellente prestation.



TF1 : Un tournage a eu lieu le 5 décembre 2008 à l'Institut sur la réflexologie plantaire. Le reportage a été présenté dans le cadre de la « Matinale » de TF1, « 10 h. Le Mag ». Elske est filmée au cours d'une consultation et Céline, qui a participé en tant que patiente et stagiaire, a été filmée dans son cadre personnel. Michel a enfin été interviewé en tant qu'expert et dirigeant de l'Institut.



Canal + : Michel a été interviewé lors du Salon Zen au même titre que d'autres représentants d'approches alternatives et le reportage doit être diffusé le 17 décembre 2008 en 2^{ème} partie de soirée, dans le cadre d'un documentaire intitulé « A la poursuite du bonheur ». A vos magnétoscopes, etc...



- LES MÉDIAS PARLENT DE LA REFLEXOLOGIE -

Contact MAAF Santé : le n° de décembre 2008 de ce journal des sociétaires de la MAAF consacre un article à la réflexologie plantaire. Elske a été interviewée à ce titre et le site de l'Institut est cité en référence.



- LES MÉDIAS PARLENT DU SHIATSU -

Les articles publiés dans ces deux revues viennent corroborer ce que nous avons déjà écrit dans la page médias. Ils le font avec d'autant plus de force que les approches alternatives citées, le sont du fait de leur entrée dans le monde médical et hospitalier. A nous d'être au niveau pour que cette évolution devienne un véritable changement.



Alternative Santé: le numéro de décembre 2008 consacre deux pages au shiatsu dans un article intitulé: « polyarthrite : le shiatsu, une alternative pour soulager les douleurs ».

Vivre Zen : le numéro de septembre octobre 2008 consacre trois pages au sujet : « Quand les hôpitaux recourent aux médecines alternatives ». Plusieurs exemples sont cités, le CHU de Strasbourg où les femmes accouchent sous acupuncture, l'hypnose dans les centres anti douleur d'Ambroise Paré et Boulogne, ainsi qu'au service psychiatrique de la Pitié Salpêtrière. Le service anti douleur de l'Institut de cancérologie Gustave Roussy de Villejuif, fait appel à deux auriculothérapeutes. A l'hôpital Tenon, la phytothérapie est très utilisée. L'article cite le Top 10 des médecines douces les plus populaires et l'on trouve l'aromathérapie, le shiatsu et la réflexologie plantaire.



- REFERENCES - - REFERENCES - - REFERENCES -

Michel a été sollicité par les Editions First, éditeurs de la collection « Pour les Nuls » que tout le monde connaît aujourd'hui pour lancer leur nouveau titre « **le shiatsu et la réflexologie pour les nuls** ». Le livre sort en février 2009, Les premiers exemplaires seront sur le stand de l'Institut lors du Salon Médecine Douce du 5 au 9 février 2009.



Qui a dit que nul n'est prophète en son pays ? Elske est en train de prouver le contraire ! Un congrès international d'aromathérapie est organisé en Afrique du Sud, le « Heart and Soul Aromatherapy » (l'aromathérapie du cœur et de l'âme) du 27 février au 1^{er} mars 2009..... et Elske s'est vu proposer d'être l'invitée phare de ce congrès. Son pays est très fier de son parcours et les différents intervenants anglo-saxons sont entre autres très intéressés par le concept de la phyto énergétique. Alors Elske, il ne te reste plus qu'à traduire le livre.....



Le développement du shiatsu, de la réflexologie plantaire les perspectives économiques



KIRIA : cette enseigne du Boulevard St Germain à Paris propose des produits, livres, services, conférences, etc... autour du bien-être, de la santé, des médecines douces. Le 14 octobre 2008, ils organisaient une journée à destination des journalistes, de présentation de nouveaux appareils permettant d'obtenir bien-être, relaxation, détente.

Dans ce cadre, des appareils « de shiatsu » étaient proposés et les responsables de Kiria souhaitaient qu'un praticien puisse être présent pour répondre aux journalistes sur la pratique du shiatsu. Merci à Elodie qui a représenté avec brio l'Institut lors de cette journée et merci à Béatrice de nous avoir référencés.



SMARTBOX : cette société propose des coffrets cadeaux sur de multiples services. Vous avez certainement vu ces coffrets à la FNAC par exemple, grâce auxquels vous pouvez acheter une valeur de cadeau permettant au bénéficiaire de faire un tour de circuit en Ferrari, une visite de château viticole, etc...En 2007, un million de Smartbox ont été vendues ! Pour le bien-être, shiatsu et réflexologie, ils ont souhaité référencer nos praticiens. A ce jour, les praticiens intéressés de certaines grandes villes ont confié leurs coordonnées à l'organisatrice. Ils factureront Smartbox lorsqu'un client viendra bénéficier de leurs services. www.smartbox.com

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, 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.

L'examen de décembre 2008 aura lieu le mardi 16 décembre 2008 et s'adresse aux personnes ayant terminé la MTC au plus tard en décembre 2007. **25 personnes se sont inscrites pour passer cet examen.** Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de juin 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 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.

1^{ère} partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 2^{ème} cycle.

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. Une épreuve pratique portera sur les techniques du shiatsu fondamental et sur les données anatomiques. L'épreuve écrite portera sur des cas de psycho énergétique, de diététique, d'anatomie, de physio pathologies, etc.. Elle permet aux personnes ayant échoué en décembre 2007 de se représenter.

2^{ème} partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 3^{ème} cycle.

La prochaine session aura lieu le 17 décembre 2008. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 3^{ème} cycle de shiatsu et ayant commencé leur cursus de shiatsu depuis 4 ans ou bien étant titulaire du diplôme de praticien professionnel en psycho énergétique (délivré jusqu'en 2006) ou ayant réussi la 1^{ère} partie de l'examen de praticien professionnel en 2007. Une épreuve pratique et une épreuve théorique aborderont le contenu du 3^{ème} cycle mais également de

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 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. **38 personnes sont inscrites à cet examen.** 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 le 25 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)

Merci de vous inscrire par courrier ou par mail au plus tard pour le 10 avril 2009 au plus tard
Une convocation vous sera adressée à partir du 27 avril 2009

NDLR: Savez-vous que sur l'ensemble des formations, nous avons des diplômés originaires et de culture de différents pays : Angleterre, Colombie, Japon, Argentine, Pologne, Allemagne, Maroc sans compter les francophones de Belgique et du Luxembourg. Bravo pour leur réussite compte tenu « du barrage » de la langue maternelle !

Soirées de pratique de Shiatsu.

N'oubliez pas: les soirées du jeudi commencent désormais à 19 h comme le lundi.

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

Les soirées de pratique de Shiatsu ont lieu les lundi. et jeudi à 19 h, 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 reprise après les vacances de fin d'année aura lieu le 5 janvier 2009.

ATTENTION! Compte tenu des informations connues à ce jour, il n'y aura pas de soirée le 8 janvier, le 12 janvier, le 26 janvier.

En raison des vacances de février, la dernière soirée aura lieu le 12 février et la reprise aura lieu le 5 mars.

ATTENTION !!! Il n'y aura pas de soirées le 12 mars, le 2 avril

En raison des vacances d'avril, la dernière soirée aura lieu le 9 avril et la reprise aura lieu le 7 mai 2009.

Soirées de pratique de Réflexologie Plantaire.

Nouveau:

Maintenant il n'y a plus de distinction entre les soirées de pratique en réflexologie plantaire chinoise et les autres. Le dernier soir de chacun des stages de pratique, une soirée de pratique de réflexologie est ouverte de 18 h à 20 h. Vous pourrez vous entraîner sur la pratique de réflexologie que vous souhaitez et que vous connaissez.

Pour le premier semestre 2009, les soirées auront lieu les 8 janvier, 18 janvier, 5 février, 8 mars, 18 mars, 5 avril, 4 mai, 14 mai, 7 juin et 5 juillet.

Les soirées ont lieu de 18 h à 20 h et nécessitent d'être à jour, de son adhésion. Merci de venir avec un drap de bain.

A Paris

Au Forum, 104 rue de Vaugirard, dans le cadre du groupe « Objectif Notre Santé ».

Le vendredi 09 janvier 2009 à 19 h. 30, sur le thème "**Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir**".

Porte de Versailles, Dans le cadre du prochain Salon Médecine Douce, du 5 au 09 février 2009.

- **Le jeudi 05 février 2009 à 12 h.**, sur le thème "**Le patient, acteur de sa guérison**".
- **Le vendredi 06 février 2009 à 13 h.**, sur le thème "**Les huiles essentielles, énergies de soin, énergies de vie**" (par Elske Miles).
- **Le samedi 07 février 2009 à 17 h.**, sur le thème "**Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir**".
- **Le lundi 09 février 2009 à 12 h.**, sur le thème "**Le réflexe du sommeil; les réflexologies répondent efficacement à la plupart des troubles du sommeil**" (par Elske Miles).

En Province

A Colmar, dans le cadre du Groupe Santé Colmar, 8 rue Klébert.

- **Le vendredi 23 janvier 2009 à 20 h. 00** sur le thème "**Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi**".
- Renseignements H. Bicquel: 03.89.47.83.06.

En Belgique

A Bruxelles, dans le cadre du Forum « Maladies, Sens & Croyances » organisé par TETRA

- **Le samedi 14 février 2009 de 9 h. 30 à 18 h. 30**, débat avec questions/réponses et intervention de 1/2 h. de Michel Odoul et de nombreux autres participants (Thierry Janssen, Guy Corneau, etc.). Renseignements TETRA: 00.32.(0)2.771.28.81.

En Suisse

A Lausanne, dans le cadre du salon « MED NAT Expo » à Beaulieu et avec la revue RECTO VERSEAU

- **Le samedi 28 mars 2009 vers 16 h. 30**, sur le thème "**Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi**".
 - **Le dimanche 29 mars 2009 vers 11 h.** sur le thème "**Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir**".
- Renseignements MEDNAT: 00.41.26.652.55.46. www.mednatexpo.ch

Vous pourrez acquérir et / ou faire dédicacer vos ouvrages à l'issue des conférences.



Le Shiatsu et la réflexologie pour LES NULS.

Synthia Andrew, Bobbi Dempsey, Michel Odoul.

Editions First

Prix : 22,90€

La collection « pour LES NULS » est devenue une véritable référence. A l'instar des « ABC » et autres « Que sais-je? », elle représente aujourd'hui ce qui se fait de mieux ou a minima ce qui est reconnu comme tel, dans la vulgarisation d'un sujet. De l'informatique en passant par l'histoire ou la philosophie, tous les domaines essentiels y sont traités avec intelligence, synthèse et simplicité. C'est cet abord qui fait le succès de la collection.

Les éditions First ont décidé de s'intéresser au Shiatsu et à la Réflexologie. Sur la base d'un ouvrage américain, traitant de la réflexologie et de l'acupression, ils ont tout d'abord choisi de contacter Michel, afin d'avoir son expertise sur ce livre, avant de s'engager sur la traduction. Manifestement ravis de son expertise, ils lui ont ensuite demandé de devenir co-auteur de l'ouvrage en procédant à une adaptation complète pour le public français, en le transformant en « shiatsu et réflexologie pour LES NULS ».

Michel a été très heureux de cette indéniable reconnaissance et a accepté le challenge. Il a adapté le texte en intégrant le Shiatsu (histoire, styles, pratique et formations en France, etc.). Il a pour cela revu et corrigé toutes les données techniques ou pratiques déjà existantes dans le texte d'origine. Cela donne en final un ouvrage qui s'adresse à la fois aux néophytes, aux élèves et mêmes aux praticiens déjà avertis. Chacun y trouvera (ou re trouvera) les notions essentielles de ces deux approches enseignées à l'Institut, des techniques permettant de pratiquer seul ou à deux, des protocoles simples et ciblés, à appliquer au quotidien, etc.

Le livre sort début février et Michel le présentera en exclusivité lors du prochain salon « Médecine Douce » où il sera pour la première fois proposé au public. Il sera également disponible à l'Institut au même moment. Alors...



Reflexologies

Les Cahiers d'aromathérapie selon l'école française

Elske Miles, Dominique Baudoux

Editions Inspir

Prix : 34€

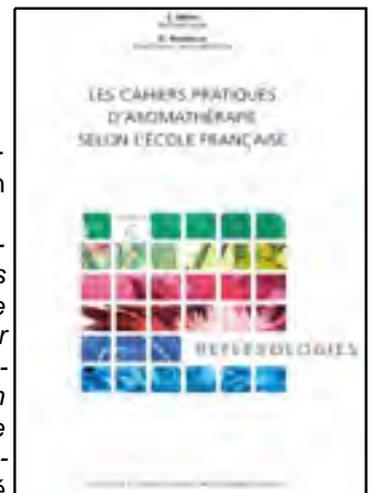
OUI, OUI, OUI, vous avez bien lu ! Elske vient de terminer un livre sur les usages de l'aromathérapie en réflexologies. Il arrive...mi janvier. Lisez ci après ce qu'en dit la 4° de couverture!

Elske Miles est praticienne professionnelle en réflexothérapie et en aromathérapie. Aujourd'hui elle se consacre à la formation de praticiens professionnels dans les deux domaines. Ses connaissances en matière de Médecine Traditionnelle Chinoise ainsi que de l'usage thérapeutique des huiles essentielles l'ont amenée à développer avec Michel Odoul la technique de la phyto-énergétique - technique qui permet d'utiliser les qualités vibratoires des huiles essentielles pour reparamétrer l'énergie dans un méridien donné. Avec le présent ouvrage, Elske Miles propose une vue d'ensemble des outils aromatiques s'adressant aux différents niveaux (somatique, psycho-émotionnel et énergétique) sur lesquels le réflexologue professionnel peut être amené à travailler en cabinet.

Sur l'invitation de Dominique Baudoux, pharmacien aromathologue de renom international et directeur de la collection « Aromathérapie professionnelle », elle livre son expertise quant à l'usage des huiles essentielles dans les domaines de la réflexothérapie plantaire, palmaire, auriculaire et faciale. Pour faire de cet ouvrage un outil pratique, l'auteur donne des exemples de protocoles réflexologiques pour différents déséquilibres de santé. Les différents protocoles en réflexologie plantaire, palmaire, faciale et auriculaire sont richement illustrés par des cartographies et des photos pour permettre au public professionnel d'y trouver un support précieux.

L'apport thérapeutique des huiles essentielles pour la réflexothérapie étant méconnu, certaines techniques de réflexologie plantaire préconisent un travail de stimulation sur les zones réflexes sans utiliser ni crème, ni huile de massage, ni talc. Pour que tout praticien professionnel puisse se retrouver dans les conseils d'utilisation donnés dans cet ouvrage, l'auteur prend en considération la particularité de chaque approche et explique comment intégrer les huiles essentielles à un soin en respectant la logique de chaque technique particulière. Toutefois, comme la pratique chinoise de la réflexologie plantaire incorpore traditionnellement des onguents aromatiques, l'auteur a choisi de décrire en détail un certain nombre de protocoles à visées thérapeutiques spécifiques dans ce livre. Ce sixième volume de la collection est un livre de référence qui retiendra l'attention des praticiens professionnels de toutes les réflexothérapies.

Il n'y a pour nous rien à rajouter à cela, si ce n'est que ce livre va asseoir encore plus l'image de grande professionnelle du domaine qui est celle d'Elske. La confiance que lui témoigne Dominique Baudoux en est une preuve supplémentaire indéniable.



L'art de la Méditation

Matthieu Ricard

Editions Nil

Prix : 12,50€

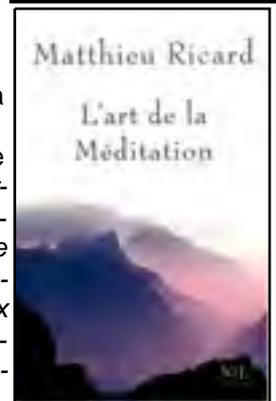
Tout le monde connaît Matthieu Ricard, d'abord en tant qu'interprète français du Dalaï Lama mais également en tant qu'écrivain philosophe bouddhiste tibétain.

Je choisis de le laisser lui-même vous présenter son nouvel ouvrage, en citant un extrait de son avant propos : « Depuis une dizaine d'années, je participe à plusieurs programmes de recherches scientifiques qui visent à mettre en évidence les effets de la méditation pratiquée sur de longues durées. Il en ressort qu'il est possible de développer considérablement des qualités telles que l'attention, l'équilibre émotionnel, l'altruisme et la paix intérieure. D'autres études ont également démontré les bienfaits qui découlent de vingt minutes de méditation quotidienne pratiquée pendant six à huit semaines : diminution de l'anxiété et de la vulnérabilité à la douleur, de la tendance à la dépression et à la colère, renforcement de l'attention, du système immunitaire et du bien-être en général.....Il serait dommage de sous-estimer la capacité de transformation de notre esprit... »

Avec Michel, nous nous souvenons avoir assisté il y a une dizaine d'années à un enseignement du Dalaï Lama qui parlait devant environ mille personnes. Matthieu Ricard traduisait ce que venait de dire le Dalaï Lama en anglais. La seule particularité est que le Dalaï Lama parlait plusieurs minutes et ensuite Matthieu Ricard reprenait en français pendant plusieurs minutes tout ce qui venait d'être dit, phrase après phrase. Michel et moi étions époustouffés, sidérés par son aisance, sa mémoire parfaite. Au-delà de son intelligence, à tous points de vue très au dessus de la norme, il démontrait combien ses années de méditation lui permettait d'être calme, efficace, présent et disponible.

Découvrez ce bel ouvrage articulé autour des trois questions auxquelles il propose des réponses : pourquoi méditer ? Sur quoi ? Comment ? Les droits d'auteur sont consacrés aux projets humanitaires menés au Tibet, au Népal, en Inde et au Bhoutan. www.karuna-fr.org et www.karuna-shechen.org.

Merci à Patricia de nous avoir offert ce livre dédié par l'auteur. C'est un symbole à ne pas négliger car ce livre est vraiment « un cadeau ». Se l'offrir ou l'offrir à ceux que l'on aime est un signe d'humanité.



Le grand livre de la réflexologie faciale

Marie France Muller

Editions Jouvence

Prix : 45 €

L'auteure, Marie France Muller est docteur en psychologie et en naturopathie et cette démarche holistique lui a permis de vérifier l'étroite corrélation existant entre le corps et la psyché et l'intérêt de considérer l'être humain dans sa globalité et non comme un ensemble de pièces détachées. Après plus de vingt années d'exercice, elle consacre son temps à l'écriture pour apprendre à ceux qui le désirent que chacun détient le pouvoir de gérer en grande partie sa propre santé, son équilibre psychique et de prévenir les maladies.

Elske a précisé lorsqu'elle a pris connaissance de ce livre : « ce sera le livre de référence du Dien Cham ». Tout est dit ! Cet ouvrage se compose en fait de deux livres, le premier livre de 245 pages est consacré au diagnostic facial dont un petit chapitre sur les animaux. Le second livre de 270 pages est consacré à la pratique, permettant même d'établir un programme de soins personnalisés. Un poster de réflexologie faciale présentant les principaux points réflexes et la projection des organes internes complète ces deux ouvrages.

Vous l'aurez compris : ce livre simple, clair, opératif, comportant des illustrations très pédagogiques est vraiment à mettre entre toutes les mains du praticien...responsable.



Soigner son enfant grâce aux médecines douces.

V.Chatal, S. Millot

Editions Albin Michel.

16,50 €

La santé de nos enfants est quelque chose qui nous préoccupe tous et nous ne savons pas forcément quoi faire ou quoi donner en cas de petits ou gros bobos tant la palette thérapeutique est vaste dans le domaine des médecines douces.

« Soigner son enfant grâce aux médecines douces » est un livre qui va nous aider dans cette tâche en nous présentant différentes approches alternatives comme l'homéopathie, l'aromathérapie, les fleurs de Bach, les massages, la kinésiologie, l'oligothérapie et encore bien d'autres techniques. Après une brève présentation de ces approches, les auteurs nous donnent, sous la forme d'un lexique, les affections les plus courantes que l'on peut rencontrer du nourrisson à l'adolescent avec, pour chaque pathologie, le mode de manifestation de celle-ci et la liste des remèdes naturels et des techniques corporelles avec la posologie, les indications, l'âge auquel on peut donner le produit ou faire le massage, etc. Le tout est validé par une équipe de médecins-conseils.

Un livre utile à tous les parents, dont je fais partie.



Ludovic Charton.

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

Jacques Blanc
Bertrand Caillet
Elske Miles
Michel Odoul
Christiane Serres
David Sayag
Jean Pélissier
Roland San Salvatore
Raphaël Cario
Philippe Ronce

Assistant(e)s « Capés »

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

Assistants de stages

Alain(s), Carolyn, Céline(s), Emmanuel, Evelyne, Françoise, Gallig, Isabelle, Jeanne, Jocelyne, Laure(s), Laurence, Lukasz, Marcus, Marianna, Michel, Nathalie, Pascale, Pascal, Rachel, 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		21, 22, 23 janvier ou 13, 14, 15 mars 2009	395 €
Module 2 Tech. Avancées		6, 7, 8 février ou 23, 24, 25 mars 2009	395 €
Module de Shiatsu Assis		24, 25 janvier ou 28, 29 mars 2009	295 €
Module de M.T.C.		10, 11, 12 mars + 1, 2, 3 avril 2009	825 €

Module	2° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module de Psycho-énergétique		2° semestre 2009	1025 €
Module de Shiatsu Fondamental		20, 21, 22 mars 2009	525 €
Module d'Anatomie pour le Shiatsu		18, 19, 20 mai 2009	485 €
Module de Do In		11 et 12 mai 2009	295 €
Module de Physio Pathologies		9, 10, 11 janvier 2009	485 €
Module de Diététique Énergétique		8 et 9 avril 2009	295 €

Module	3° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Psychologie Corporelle Appliquée		2° semestre 2009	1025 €
Shiatsu des Techniques Internes		29, 30 janvier + 26, 27 mars 2009	625 €
Anatomie Fondamentale		2, 3, juin 2009	525 €
Psychologie du Praticien		2° semestre 2009	1200 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Pratique de Consultation		11 et 12 juin 2009	325 €
Etude de cas		2° semestre 2009	145 €
Perfectionnement Sh. Fondamental		2° semestre 2009	125 €
Perfectionnements 1/2		2 mai 2009 / 3 mai 2009	125 € / 125 €
Perfectionnement Amma		01 mai 2009	125 €
Perfectionnement M. I. C.		30 avril 2009	145 €

Module	1° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module 1 Initiation		4, 5 février 2009 ou 7, 8 mars 2009	295 €
Module 2 Pratique Avancée		17, 18 janvier 2009 ou 4, 5 avril 2009	325 €
Module 3 de Théorie Générale		26, 27, 28 janvier ou 19, 20, 21 juin 2009	405 €

Module	2° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de M.T.C.		10, 11, 12 mars + 1, 2, 3 avril 2009	825 €
Anatomie pour les Réflexologies		9, 10 mai 2009	325 €
Module de Techniques et Postures.		8 mai 2009	145 €
Réflexologie Plantaire Chinoise.		6, 7, 8 janvier + 16, 17, 18 mars 2009	825 €
Module de Physio Pathologies		9, 10, 11 janvier 2009	485 €

Module	3° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de Podo-Réflexologie Appliquée		8, 9, 10 sept. et 5, 6, 7 oct. 2009	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		4 mai 2009	125 € / 125 €
Perfectionnement RP Chinoise		14 juin 2009	125 €
Perfectionnement M. T. C.		30 avril 2009	125 €
Module de Diététique Énergétique		8, 9 avril 2009	295 €

Module	CYCLE HUILES ESSENTIELLES	date	tarif
Module d'Initiation		30, 31 mars 2009	295 €
Module Aroma Pro		12, 13, 14 janvier 2009	485 €
Module de M.T.C.		10, 11, 12 mars + 1, 2, 3 avril 2009	825 €
Module de Phyto-énergétique		25, 26, 27 mai 2009	485 €
Module d'Olfacto-thérapie		2° semestre 2009	405 €
Module de Physio-pathologies		9, 10, 11 janvier 2009	485 €
Etude de cas		09 mars 2009	145 €
Module de Diététique Énergétique		8, 9 avril 2009	295 €

Modules	CYCLE POST GRADUATE	date	tarif
Module de Kototama		2° semestre 2009	485 €