

**1 SÉANCE
DÉCOUVERTE
20 MINUTES**
Offerte



TARIFS SHIATSU

**SÉANCE
20 MINUTES**
20€ TTC



**PLUS DE SÉANCES
/ ABONNEMENT**

Tarif dégressif
sur devis



PRESTATIONS RÉGULIÈRES

séances
individuelles
sous forme
d'abonnement
mensuel, trimestriel...

RYTHME



PRESTATIONS PONCTUELLES

intervention sur
un séminaire,
un évènement,
un salon
...

PRISE DE RDV EN AMONT AVEC RÉSERVATION FERME

modalités à mettre en
place ensemble

RÉSERVEZ UN ESPACE DE 4M²

dans un bureau, une salle de repos,
une salle de réunion...

J'APPORTE TOUT LE MATÉRIEL

chaise Amma de massage,
housses hygiéniques,
nécessaire de désinfection
entre chaque séance...

ORGANISATION



**Catherine
GAUTON**

Catherine Gauton

06 68 43 35 78

contact@catherinegauton-shiatsu.fr

catherinegauton-shiatsu.fr

N°SIRET 882168701 00010

Améliore la
Qualité de Vie
au Travail

Contribue à
l'épanouissement
professionnel

**Shiatsu
en
Entreprise**

Réduit
stress et fatigue

Favorise
la créativité,
la concentration

**Votre allié bien-être
en Entreprise**

« Il faut soigner le corps afin que l'âme s'y plaise. »

Saint François de Sales



Catherine Gauton

Après 3 ans de formation, auprès de praticiens et formateurs en Shiatsu agréés, je mets mes mains au soin des personnes, pour leur **apporter bien-être et détente**.

Dans cette démarche de **Qualité de Vie**, je n'ai cessé de me perfectionner en rencontrant d'autres enseignants, d'autres techniques de shiatsu pour m'adapter au mieux aux besoins de l'humain dans sa quête d'apaisement, de soulagement de tensions, tant au niveau physique que psychique.

Je désire faire partager ce ressenti bienfaisant que procure un moment Shiatsu, **au cœur de l'entreprise**, de Votre Entreprise.

Issue d'une carrière dans les assurances, je connais les exigences de l'univers professionnel, la rigueur d'un planning, la recherche de performance et dans ce contexte, **j'adapte mon intervention en fonction des motivations et des enjeux de votre société**.

Je suis à votre écoute !

Mes engagements

PONCTUALITÉ



RESPECT
DU SECRET
PROFESSIONNEL



Le Shiatsu

Le Shiatsu est une méthode de relaxation d'origine japonaise, qui se pratique par pression des doigts, des paumes de mains sur le corps, ainsi que des étirements, afin de **rétablir et harmoniser la libre circulation de l'énergie**.

Le shiatsu convient à tout âge et à toutes personnes. Il se pratique allongé au sol sur un futon ou sur une chaise de Amma Assis. Dans le cadre de l'entreprise, je le propose principalement sur chaise, mais je reste à votre disposition pour la faisabilité d'une intervention sur futon.

Le Shiatsu est relaxant, bienfaisant et préventif de part ses vertus thérapeutiques*.



Le Shiatsu en Entreprise

PRATIQUE

Le soin s'adapte à votre tenue. Vous restez habillé(e).

EFFICACE

Les effets d'une séance sont immédiats et sur plusieurs jours.

RAPIDE

Une durée de 20 minutes s'intègre facilement au planning de vos employé(e)s.

* Je m'abstiens de tout diagnostic ou de préconisation d'ordre médical. En aucun cas, le Shiatsu ne peut se substituer à un traitement ou à une prescription médicale.

Soulage les douleurs musculaires ou articulaires

Apaise le mental, les émotions

Revitalise le corps et l'organisme

LE SHIATSU, DES BÉNÉFICES INDIVIDUELS...



QUI AGISSENT SUR...

La fatigue, la dépression, l'insomnie, l'irritabilité, les troubles digestifs, la lassitude, le stress, les maux de dos, de nuque...

Améliore la Qualité de Vie au Travail (QVT)

Réduit les risques psycho-sociaux (RPS), les troubles musculo-squelettiques (TMS)

Augmente la productivité, la créativité et la concentration de vos collaborateurs



ET RENFORCENT LA COHÉSION DE VOS SALARIÉ(E)S !

Harmonise les relations grâce au bien-être individuel, et favorise l'esprit d'équipe