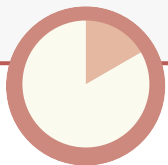


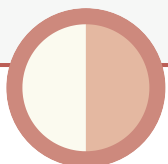
Exemples de prestations

## en entreprise



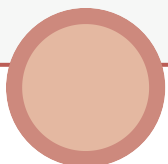
**Durant la pause déjeuner**

4 séances



**1/2 journée**

6 séances



**Journée**

12 séances

## Modalités



**Séances individuelles de 20 à 30 min**  
habillé, sur chaise ergonomique ou futon



**Au sein même de votre entreprise**  
une salle ou à défaut, un espace de 8 m<sup>2</sup>  
au calme et à l'écart des collaborateurs



**Frais de déplacement**  
ceux-ci sont offerts dans un rayon de 20km  
autour de Bazas et à ajouter au delà



**Quantité & fréquence modulables**  
le nombre et la fréquence des  
interventions sont à définir au préalable,  
selon l'échelle de votre entreprise



06 80 37 67 72



atelierduhara@outlook.fr



shiatsu\_atelierduhara



shiatsu-sudgironde.com



Marine IBANEZ (EI) - Siret : 93305498300012



ATELIER DU HARA

**Marine Shiatsu**

**PRESTATIONS  
D'ENTREPRISE**

**Qualité de  
Vie et des  
Conditions de  
Travail**

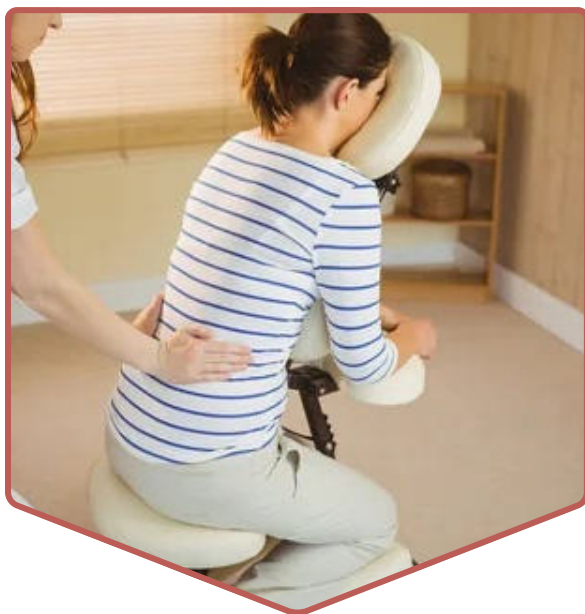
# Le Shiatsu

## & le Amma-assis

Ces thérapies manuelles japonaises, issues de la Médecine Traditionnelle Chinoise, constituent des méthodes originales pour **prévenir et gérer les effets néfastes du stress et des mauvaises postures** au travail. Elles ont un effet rapide et donc un **impact favorable sur la santé** de vos collaborateurs.

### Quelle reconnaissance ?

En Europe, Le shiatsu est l'une des huit approches complémentaires citées dans la résolution A4-0075/97 du Parlement européen, votée le 29 mai 1997, en tant que **"médecine non conventionnelle digne d'intérêt"**.



## QVCT

Quel constat faites-vous ?

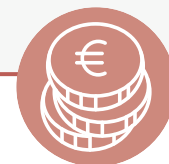
- Les salariés de votre entreprise témoignent-ils des effets du **stress** au travail ?
- Sont-ils **anxieux, fatigués, nerveux** ?
- Souffrent-ils de **troubles du sommeil, d'insomnie** ?
- Manifestent-ils des **tensions** dans la nuque, les épaules, le dos... ou des **douleurs d'estomac** ?
- Constatez-vous une hausse des **arrêts maladie**, des cas de **burn-out**, ou des **troubles musculosquelettiques** ?



**Et si vous préserviez leur santé** en favorisant l'intégration d'une pratique corporelle de prévention ?

## Les bienfaits d'un soin individuel

- Apaise l'**anxiété** et améliore la **qualité du sommeil**
- Réduit les **tensions** et les troubles musculosquelettiques (TMS)
- Soulage la **fatigue cérébrale**
- Favorise l'**attention** et la **concentration**
- Prévient les **risques psycho-sociaux** (RPS)



✓ **30€ / séance**

Ces prestations peuvent être prises en charge intégralement ou partiellement par la Direction, le Comité d'Entreprise et /ou les salariés.

Un devis précis vous sera proposé en fonction des besoins de votre entreprise.