Le Shiatsu pour l'entreprise et les particuliers

Par Sophie DION, praticienne Shiatsu FFST

Nous sommes tous passionnés par le Shiatsu, et une de nos préoccupations concerne les débouchés du Shiatsu. Comment en faire sa profession ? Si de nombreuses personnes sont tentées par l'enseignement, cette voie n'est pas forcément le choix de tous. Et beaucoup préfèrent pratiquer tout simplement.

Le public, nombreux, attend patiemment son tour

PHOTO : © SYLVIE DUREAU

Faire entrer le Shiatsu en entreprise est un moyen de faire connaître notre pratique, mais également d'introduire, dans un monde qui en a besoin, l'art conjugué de l'écoute et de l'approche corporelle qui est le nôtre. La bienveillance est également une dimension dont notre société - et a fortiori, le monde de l'entreprise - a bien besoin.

Les entreprises sont désormais dans l'obligation de gérer, former et prévenir le stress. La lutte contre les RPS (risques psychosociaux) - nouvel acronyme du mot « stress » -, constitue une des préoccupations des ressources humaines en entreprise.

Issue de l'entreprise, et plus précisément de la finance où elle a passé 20 ans, le rêve de Shahine Ismail consiste à faire entrer le Shiatsu, et la bienveillance qui va avec, dans le monde de l'entreprise, afin d'aider les collaborateurs à se réapproprier leur corps.

Les bienfaits du Shiatsu pour les particuliers et les entreprises

C'est ainsi qu'elle a fondé *L'Arbre de Vie*. Son objectif : contribuer à l'épanouissement au travail - source de performance - en offrant à chacun la possibilité de se réapproprier son corps, afin de créer un sentiment de confiance en soi et de concentration, grâce à des ateliers collectifs et / ou des séances individuelles de Shiatsu.

« *J'ai ainsi mis en place un réseau de 180 praticiens, dans toute la France, dont je propose les compétences aux entreprises. Ces dernières les suggèrent et les offrent à leurs collaborateurs. Soit pour des ateliers collectifs de relaxation et d'auto-massage, soit pour des séances individuelles de Shiatsu* ».

L'Arbre de Vie intervient avec ses équipes dans des séminaires, ou organise des conférences comme celle de février dernier dans la mairie du VIIe. Mme Martine Namy-Caulier, 1re adjointe au maire, accueillait en soirée des intervenants autour du Shiatsu. Celle-ci saluait l'initiative innovante d'une TPE (Très petite entreprise) du VIIe dans ce domaine - *L'Arbre de Vie* - qui introduit

Pratique collective d'auto-massage

PHOTO : © SYLVIE DUREAU

Les praticiens à l'œuvre

PHOTO : © SYLVIE DUREAU

cet art conjugué de l'écoute et de l'approche corporelle bienveillantes en entreprise.

Séances découvertes du Shiatsu avant et après la conférence

La soirée s'est ouverte sur des séances découvertes de Shiatsu prodiguées par 13 des 180 praticiens du réseau de *L'Arbre de Vie*, aux habitants du VIIe. Ceux-ci ont pu éprouver le plaisir relaxant d'un toucher composé de pressions et d'étirements, au sol ou sur chaise. Malgré le froid extrême, la grande salle était comble (environ 120 personnes).

Avec Shahine Ismail, l'instigatrice de cette rencontre, sont intervenus particulièrement :

* Pascale de Rekeneire, praticienne certifiée FFST, qui a témoigné du parcours qui l'a amenée au Shiatsu, (dont les séances sont prises en charge par certaines mutuelles). Avec chaleur et émotion, elle a évoqué les bienfaits des séances de Shiatsu qu'elle prodigue auprès de personnes jeunes ou moins jeunes, et même en fin de vie.
* Alexandre Brosselier, responsable des ressources humaines et des relations sociales d'un grand groupe international, a affirmé le rôle primordial du management dans la santé au travail, et l'a replacé dans le contexte actuel (économique, social, pression des nouvelles technologies entre autres…). Il a décrit l'ensemble des mesures qu'il a mises en œuvre, parmi lesquelles figure le dispositif inédit du réseau *L'Arbre de Vie*, créé sous son impulsion.
* Le Docteur Alain Raynaud, médecin d'entreprise attaché à la Direction générale d'AXA, groupe impliqué dans la prévention des risques et de la santé, qui a montré clairement l'impact d'une approche globale orientale de l'individu sur la réduction du taux d'absentéisme au sein d'un grand service. Il a souligné, tout comme M. Brosselier, le lien entre le bien-être et la performance au travail, et la nécessité de l'implication de la Direction générale.

Les praticiens de la FFST et de *L'Arbre de Vie* ont poursuivi la démonstration de leur savoir-faire avec un atelier de Do-in (ou Shiatsu sur soi-même), ainsi que des séances de découverte du Shiatsu, très appréciées. Ils ont été chaleureusement remerciés.

Et la mairie du VIIe s'est tellement enthousiasmée par cette découverte du Shiatsu, qu'elle a convié la FFST et *L'Arbre de Vie* à revenir le jeudi 8 mars, à l'occasion de la journée de la Femme, pour faire découvrir cette technique tant appréciée à un public encore plus large. ■

Shahine Ismail,

praticienne en Shiatsu, certifiée par la FFST, est issue de l'entreprise. D'origine indienne, elle a mis en place un réseau - *L'Arbre de Vie* - de 185 praticiens à ce jour, dans toute la France, y compris dans les DOM. Outil de prévention des RPS (risques psychosociaux) en entreprise, celui-ci propose des séances de relaxation individuelles ou collectives (Shiatsu, Do-In, auto-massage). Elle pratique dans le VIIe à Paris.

Tél. : 06 15 23 94 98
http://entreprises.larbre-de-vie.net
shahine.ismail@larbre-de-vie.net