

NEWSLETTER AIST numéro 4 (Eté 2013)

L'EDITO de Jean-Claude Tanguy, Président de l'AIST

Shiatsu de l'événement et Shiatsu « de l'ombre »

L'actualité de notre pratique associative du Shiatsu au sein de l'AIST a été très riche du mois d'avril au mois de juin 2013.

Avril a été marqué par le déroulement de la 3ème mission « Solidarité Shiatsu » à Sicuani, petite ville du Pérou juchée à 3500m d'altitude. Plus près de nous, et toutefois aussi marquant, a eu lieu le démarrage de l'atelier Shiatsu au sein de l'Hôpital Cochin pour le personnel soignant de l'hôpital.

Au mois de mai, suite à une demande de l'IUT de Sénart-Fontainebleau qui organisait deux journées « Bien-Etre » au bénéfice de ses étudiants, des adhérents AIST situés dans la proximité de cet IUT ont monté et réalisé 2 ateliers de Shiatsu pour ces journées.

Enfin, au début juin, sollicitée par la Fédération Française de Tennis, l'AIST a réalisé 8 ateliers de Shiatsu d'une durée de 4h (16 Shiatsu de 30 min par atelier) du samedi premier au samedi 8 juin pour le personnel de la FFT pendant le tournoi de Roland-Garros.

Dans ces différents contextes de pratique du Shiatsu, l'AIST était présente au titre de sa mission statutaire (Article 3 : « L'Association a pour objet de faire connaître, promouvoir, transmettre, enseigner l'art et la technique issue de la discipline japonaise appelée Shiatsu. »). Nous pouvons observer que la période mai-juin est porteuse de beaucoup d'événements et que les journées de style « Bien-Etre » se multiplient. L'AIST répond « présente » quand elle est sollicitée pour ce type de manifestation, « présente » pour faire connaître le Shiatsu, mais aussi pour donner au public de receveurs une perception d'un soin Shiatsu différente de celle d'un simple moment de détente. Notre objectif est non seulement de présenter un Shiatsu de qualité, mais aussi, par nos messages oraux ou/et nos supports de communications imprimés, de promouvoir la dimension thérapeutique du Sei Shiatsu Do.

Cette période de mai-juin, fortement événementielle, n'est pas la plus favorable pour mettre en lumière l'importance de nos ateliers de soins réguliers, dont le caractère répétitif est moins sujet à faire la première page de nos actualités. Cependant, nous rappelons que le plus important dans notre pratique d'ateliers associatifs, ce sont ces ateliers « de l'ombre » qui nous permettent d'avoir une relation régulière et approfondie avec les receveurs de la BNF, de La Poste, du MRES, de l'atelier PR et maintenant de l'Hôpital Cochin, et ainsi de développer la qualité de notre pratique thérapeutique.

Le bureau de l'AIST est très content de la réussite des événements de mai-juin et félicite les organisateurs et les praticiens impliqués, il est en revanche inquiet de la difficulté rencontrée à trouver des volontaires pour pratiquer au nouvel atelier de l'Hôpital Cochin. C'est pourquoi nous vous invitons à proposer rapidement vos services à cet atelier dont la réussite est essentielle pour la crédibilité de notre Shiatsu.

Avec plus de temps libre, la période de Juillet Août est propice à la pratique du Shiatsu et du Qi Gong en y ajoutant de bonnes lectures. Prenez le temps de savourer ce quatrième numéro d'AIST News !

Pour le bureau de l'AIST : Jean-Claude Tanguy

Si vous souhaitez contacter Jean-Claude pour avoir plus d'informations ou répondre à vos questions, envoyer un mail à : jeanclaude.tanguy1@free.fr

ATELIERS SHIATSU

Interview de Laurence Villevalois sur le protocole d'évaluation des shiatsu reçus par les soignants de l'hôpital Cochin

1/ Depuis deux mois, l'hôpital Cochin accueille de nouveau un atelier-soin à destination des soignants de l'hôpital. Dans ce cadre, vous avez été chargée par Bernard Bouheret de mettre en place un protocole d'évaluation auprès des receveurs. Pouvez-vous nous décrire brièvement votre parcours professionnel ?

Titulaire d'un doctorat en Biochimie et Biologie moléculaire, j'ai travaillé en tant que contractuelle et vacataire pendant neuf ans dans diverses unités de recherche de l'Institut National de la Recherche et de la Santé, localisées au sein d'hôpitaux (Necker à Paris, Pontchaillou à Rennes, Antoine Bécère à Clamart et Paul Brousse à Villejuif). Au cours de ces années j'ai principalement travaillé sur les maladies du foie (diabète, cancer et hépatite fulminante).

La fin de mon dernier contrat en 2008 a été l'occasion d'une remise en question personnelle et professionnelle. J'ai alors eu envie de travailler en adéquation avec mes valeurs profondes et de m'orienter vers une médecine plus naturelle. J'ai donc entrepris de me former en aromathérapie scientifique en Belgique, puis en Shiatsu à l'école de Shiatsu André Nahum.

Suite à la parution de l'article sur le projet d'étude sur le Shiatsu initié à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière, j'ai eu envie de concilier mes deux casquettes et j'ai rencontré Bernard qui m'a proposé d'intégrer l'Ecole de Shiatsu Thérapeutique afin de compléter ma formation.

2/ Comment procédez-vous pour l'évaluation ? Sur quoi portent les questionnaires ? A quelle fréquence sont-ils distribués aux receveurs ? Par qui ?

Pour l'évaluation, deux types de questionnaires sont distribués aux receveurs. Le premier type porte sur une série de questions permettant d'évaluer l'état général des receveurs au niveau du stress, du sommeil, de l'alimentation et des douleurs. Des questions permettent également d'évaluer leur aisance dans leur travail ou leur vie personnelle.

Afin de simplifier la procédure, la distribution des questionnaires est liée aux abonnements de 4 séances pris par les receveurs. Ce premier questionnaire est ainsi distribué toutes les 8 séances et permet de suivre l'évolution de l'état général au cours des séances de shiatsu.

Un questionnaire intermédiaire et simplifié, portant sur le ressenti des receveurs, est distribué à la fin des 4 premières séances puis toutes les 8 séances également. Ces questionnaires permettent d'avoir un retour plus direct sur l'impression des receveurs. Dans un premier temps, je me suis occupée de la distribution des questionnaires, mais depuis le début du mois de juin nous essayons de mettre en place la distribution en même temps que les cartes d'abonnement par les donneurs directement.

3/ Qu'allez-vous faire de tous les questionnaires collectés ? Comment allez-vous en exploiter les résultats ?

La première analyse effectuée permet d'évaluer la population reçue en séance et nous donne des informations sur le nombre de personnes reçues, le nombre de séances par personne, la catégorie socio-professionnelle et la tranche d'âge des receveurs. Les questionnaires récoltés sont, de leur côté, analysés dans des "score base" et retranscrits sous forme de graphiques. Ces derniers permettent, d'une part, de visualiser facilement le nombre de receveurs affectés par les différents désordres physiques et émotionnels étudiés et d'observer les évolutions au cours des séances et, d'autre part, de mesurer le ressenti des receveurs au cours des séances.

4/ La démarche que vous mettez en place est-elle comparable aux évaluations utilisées dans la médecine conventionnelle ? Les résultats de votre travail seront-ils scientifiquement exploitables ? Que pouvez-vous nous dire à ce sujet ?

Dans les études menées par la médecine conventionnelle, un nombre limité de paramètres est étudié et un protocole "standard" est utilisé pour tous les receveurs. Par ailleurs, un groupe témoin, recevant un "placebo", est mis en place. Enfin, les expériences sont menées en "double aveugle", c'est à dire que ni les patients, ni l'expérimentateur ne sait si le produit donné est le produit à tester ou le "placebo" afin de limiter les "faux effets". Enfin, les effets sont analysés par des mesures objectives données par différents appareils de mesure.

Ici, bien entendu, il n'y a pas de groupes témoins, tous reçoivent un Shiatsu. Par ailleurs, le protocole n'est pas identique pour tous, mais dépend de l'état général de chacun et des pouls ressentis. Enfin, les questionnaires laissent une grande part à l'individualité puisqu'ils sont basés sur le ressenti de chaque receveur et les réponses sont donc subjectives.

Toutefois, les questionnaires ont été élaborés en utilisant des échelles aujourd'hui scientifiquement reconnues et couramment utilisées pour les évaluations médicales ("sickness impact profile", "hospital anxiety and depression scale") et les questionnaires médicaux destinés au personnel des grandes entreprises telles que GDF et EDF. Les résultats sont donc en partie scientifiquement exploitables, quoiqu'en disent nos détracteurs.

5/ Nous observons actuellement des ponts de plus en plus nombreux entre médecine conventionnelle et médecines alternatives /complémentaires mais aussi des blocages manifestes et des tensions parfois aiguës. Vous êtes à la fois praticienne de médecine naturelle et issue d'un cursus scientifique, les deux approches vous semblent-elles conciliables ?

Je me souviens de la remarque d'un de mes anciens collègues chirurgiens, lorsque je lui ai annoncé que j'abandonnais la recherche pour me lancer dans le Shiatsu et l'aromathérapie : "Tu crois à ça, toi ?". Le service hospitalier avec lequel je travaillais compte dans ses rangs de très bons chirurgiens hépatiques et je ne remettrai pas en cause leur travail. Pourtant, la réflexion qui m'obsédait à l'époque était, et est toujours : "Nous avons d'excellents chirurgiens et de bons médicaments, mais le nombre de malades qui arrivent dans le service est de plus en plus grand. Ne serait-il pas possible de voir ce que nous pouvons faire pour endiguer cette augmentation ?".

Aujourd'hui, le stress coûte socialement entre 2 et 3 milliards par an à la France. Je trouve ça effrayant. La médecine conventionnelle est une médecine d'urgence, une médecine de symptômes, pas une médecine qui s'intéresse aux causes, et encore trop peu à la prévention. On se contente de "soigner" le stress, mais on ne va pas chercher à l'éviter ni à comprendre son origine. Le constat est le même pour bon nombre de

maladies.

Les choses ne peuvent que changer car les patients ont besoin de savoir, de comprendre, de retrouver confiance. De nouvelles voies thérapeutiques sont à explorer, d'autres à redécouvrir pour pallier aux manques de la médecine actuelle. Les médecines alternatives ont des solutions à apporter.

Pour que nous arrivions à marcher main dans la main, il faut que les médecins allopathes cessent de penser qu'ils sont les seuls à "savoir" et que de notre côté nous fassions le nécessaire pour que chaque praticien de Shiatsu qui s'installe ne puisse le faire que suite à une solide formation en médecine traditionnelle chinoise mais également en anatomie et physiologie, afin que nous devenions des interlocuteurs crédibles pour la médecine conventionnelle. Au vu du chemin déjà parcouru en ce sens dans certains pays voisins, j'ai la naïveté de penser que cela arrivera dans un avenir proche, en France.

Si vous souhaitez contacter Laurence pour avoir plus d'informations ou répondre à vos questions, envoyer un mail à : lau.villevalois@neuf.fr

SOLIDARITE SHIATSU

Témoignage d'Odile Dechamps sur la dernière mission Pérou

Je viens vous faire un petit résumé de cette belle expérience qu'a été le Pérou.

Je me suis tout de suite sentie à l'aise à l'APAINÉ : sourires, rires et expériences sont partagés dès notre arrivée avec toute l'équipe.

Sac à dos à peine posé, voilà Béa en train de faire un shiatsu à une petite de quelques années ; c'est la première image et elle donne le ton de notre séjour : émotion, échanges, sourire.

J'ai dans les mains une petite fille trisomique de quelques mois. Je venais de regarder une de ces thérapeutes, Manuela, lui faire faire ses exercices musculaires. Je suis un peu gauche, mais le Qi de cette enfant, et de tous les enfants que j'aurai ensuite, me remet le coeur au bon endroit.

J'ai eu quelques difficultés à prendre en main des enfants ; pour quelques-uns, les parents vont s'impliquer, vont vouloir que je leur montre plusieurs fois pour pouvoir ensuite le faire eux-mêmes, et ils trouvent généralement le toucher juste.

Avoir fait des shiatsu aux bébés et aux enfants modifie ma pratique actuelle sur les adultes. Plus de douceur, de compassion, et de liberté.

Avec les adultes, l'expérience est aussi très belle mais m'apportera moins de sensibilité dans le toucher. Juste le temps d'un shiatsu, le partage est dans le sourire, dans la façon de nous appeler "mamita", de nous embrasser.

Il y aura aussi cette expérience au village de Yanaoca, les visages burinés de ces personnes, des montagnards, je ne sais pas exactement quel shiatsu je pratique, tout s'enchaîne très vite. Je suis HS, déjeuner sympathique avec les soeurs qui m'invitent à rester avec elles... Je leur précise mon manque de vocation et comme toujours, ça finit dans un éclat de rire.

Les thérapeutes de l'APAINÉ sont impliquées pendant le cours et, au fur à mesure des jours, elles pratiquent de plus en plus le shiatsu avec leurs patients, elles viennent nous rejoindre pendant des séances pour que nous pratiquions en duo sur certains patients, ou viennent nous rejoindre quand on montre à des parents quelques pratiques.

Béa m'avait prévenue, c'est après que ce voyage t'apportera ce qu'il contient. Et sur ce point, elle a tout à fait raison.

Nous avons été une belle équipe : échanges, sourires et rires nous ont permis de résister à la fatigue due à l'altitude.

On repart quand????



[Odile avec un enfant](#)



[Guadalupe pratique le shiatsu avec sa petite soeur, atteinte de paralysie cérébrale infantile.](#)



[Odile avec un bébé](#)



[Odile en séance de shiatsu](#)

Si vous souhaitez contacter Odile pour avoir plus d'informations ou répondre à vos questions, envoyer un mail à : odechamps@yahoo.fr

Témoignage de Marie Maitrot sur la dernière mission Pérou: Il était une fois Sicuani...

Je pense ne pas prendre de risques en vous confiant que Sicuani fut pour moi un jalon important de mon existence et fondateur dans ma pratique du Shiatsu. Vous raconter ces instants n'est pas chose aisée car tout semble encore frais, empreint d'émotions diverses, de résonnances nouvelles ou plus anciennes.

A l'image des terrasses de Moray*, j'ai ressenti, avec constance, un équilibre apaisé pendant les soins dispensés à l'Apaine** ou à la Paroisse de Yanaoca et ce en dépit des différentes émotions par lesquelles je suis passée associées aux fortes turbulences respiratoires connues en début de mission.

Outre la pratique du Shiatsu, ce qui m'a touchée au plus profond, c'est l'acte immédiat : on agit maintenant sans forcément penser au futur, dans un espace peut-être même hors du temps, une forme d'instant présent. C'est l'accomplissement de sensations, le cordon invisible entre le patient et soi, le tout ponctué de regards, de clignements de paupières, de longs soupirs, de rires provoqués par des chatouilles, de connivence, de douceur. J'ai également été touchée par l'absence de jugement, de dédain, de gestes de recul face à l'handicap physique ou mental. Tout est bonheur de l'instant partagé.

Comment oublier Cleiver (19ans, mutisme de naissance, quadriparésie) prenant dans ses bras pour le consoler, Jahil 18mois, fils de Hema thérapeute à l'Apaine et porte-bonheur des patients et des praticiennes : le geste est naturel, la confiance totale.

Comment oublier ces enfants s'accrochant à leurs parents en début de séance et se laissant apprivoiser peu à peu. Quelques souvenirs professionnels d'histoires enfantines ont refait surface pour l'occasion et la confiance s'installait avec, de temps à autre, la somnolence comme signe d'abandon total.

Comment oublier Catalina (70ans) visage buriné, dont le corps est la carte d'identité d'une vie de labeur intense sans jamais se plaindre. Marque de confiance, elle soulève ses nombreux jupons pour que je puisse accéder au ventre si dur et si tendu. Elle se laisse porter, s'assoupit et m'embrasse en fin de shiatsu en me disant « muchas gracias mami ».

Toutes ces personnes rencontrées chacune avec leur histoire de vie, lourde, difficile, précaire, TOUTES, sans exception, portaient en elles le sourire et la douceur du cœur. Quelle leçon de vie !

Comment oublier l'équipe de thérapeutes accueillantes, disponibles, dynamiques, efficaces agissant en totale harmonie avec ce qu'elles donnaient à chaque patient dont elles ont la charge.

On retrouve cette conviction de l'acte sincère dans les cours dispensés par Béatrice. L'enjeu du suivi Shiatsu à leurs soins quotidiens a été un pari pour Felipa, Hema, Jessica, Manuela, Veronica et toutes les autres (pardon pour les prénoms oubliés). Elles apprennent vite et là encore pas de jugement entre elles mais de l'entraide en cas de difficulté. En fin de mission, chacune met en application l'enseignement Shiatsu auprès de leurs patients en demandant aide et confirmation si nécessaire. Elles sont heureuses ; le message gestuel est passé et leurs rires résonnent encore à mes oreilles.

Comme les rires enthousiastes des religieuses de Yanaoca ; sans oublier les nôtres, le soir dans nos « chambres-cellules » mises à notre disposition, disparaissant sous un amoncellement de couvertures pour lutter contre le froid, portes de communication entre chaque chambre ouvertes comme un dortoir de camp d'adolescentes pour se raconter avant que le sommeil nous gagne ; comme nos rires le lendemain devant un petit déjeuner consistant et odorant (ah ce fromage un peu coulant qui a fait notre délice à Béatrice et à moi !) indispensable pour assurer ce qui allait suivre ; comme nos sourires lors de nos premiers shiatsu dans la cour de la paroisse au soleil devant des patients en attente de soins, curieux, attentifs et très respectueux ; comme nos rires nerveux dus à la fatigue de fin de matinée après un enchaînement de shiatsu à un rythme impressionnant qui m'a fait dire, épuisée : « wahou ! J'ai donné à chacun avec la même conviction mais peut-être pas avec la même intensité en fin de matinée ! ».

Des mots comme « bienveillance », « humanité », « douceur », « prévenance » résonnent dans ma tête en écho au nom de Sicuani.

Pour conclure (provisoirement !), merci aux membres de l'AIST et de l'E.S.T de leur confiance pour m'avoir permis de vivre cette expérience. Je m'adresse à toi Béatrice, en reprenant à mon compte la phrase d'Odile, « on repart quand » ?

*les terrasses de Moray sont étagées en un profond amphithéâtre. Les Incas auraient utilisé ces différents niveaux de terrasses concentriques pour déterminer les conditions optimales pour chaque culture.

**APAINÉ : centre de rééducation pour enfants handicapés



[Les terrasses de Moray](#)



[Cours de shiatsu](#)



[Au village de Yanaoca les patients attendent plusieurs heures pour recevoir un shiatsu.](#)



Marie avec Catalina



Cleiber portant Jahir dans ses bras

Si vous souhaitez contacter Marie pour avoir plus d'informations ou répondre à vos questions, envoyer un mail à : mmaitrot@free.fr

interview de Béatrice sur la convention AIST / APAINE

1/ Béatrice, vous avez participé à plusieurs missions Solidarité Shiatsu au Pérou, pouvez-vous nous rappeler brièvement comment ce projet est apparu et quelles en ont été jusqu'ici les principales étapes ?

L'histoire commence en mai 2010 avec l'association Solidarité Homéopathie : Bernard Bouheret avait alors proposé aux adhérents de l'AIST d'intégrer une mission organisée et financée par l'association Solidarité Homéopathie à Cusco, au Pérou. J'étais très heureuse de pouvoir en faire partie car le Pérou est un pays que je connais bien pour y avoir vécu deux années, il y a 25 ans. Je suis donc partie avec un médecin homéopathe, nous avons donné des soins dans des centres de santé à Cusco et dans un village. Dans ces deux endroits, j'ai enseigné le shiatsu. C'est pendant les cours donnés à Cusco que j'ai rencontré Rosa Medina, pédiatre à l'hôpital de Sicuani, cette rencontre sera déterminante pour le déroulement de notre projet, elle m'avait demandé à la fin de la semaine de cours : « Viendrais-tu travailler à l'hôpital de Sicuani ? »

Je suis restée en contact avec Rosa et, en avril 2012, a eu lieu la première mission de l'AIST dans le service pédiatrie et néonatalogie de l'hôpital de Sicuani. Deux autres missions ont eu lieu depuis, nous avons travaillé - toujours à l'initiative de Rosa - dans le service rééducation d'un centre de santé tenu par des religieuses à Cusco et dans le centre de rééducation physique de l'APAINE à Sicuani. Les cours donnés dans ces différentes structures - à l'exception de l'APAINE - ne seront pas poursuivis en raison du manque d'implication et d'assiduité des élèves. Ces étapes constituent cependant les jalons qui nous ont permis d'affiner le projet de mission.

2/ Il semble que les interventions de l'AIST au sein de l'APAINE à Sicuani aient été particulièrement concluantes. Pouvez-vous nous indiquer la nature de cette structure médicale et nous expliquer pourquoi, selon vous, le courant passe si bien là-bas ?

APAINE, Asociación Pro Atención Integral para Niños Excepcionales est une structure de rééducation physique pour enfants handicapés qui accueille également des adultes. Les soins sont destinés principalement à un public défavorisé, la facturation des soins se faisant en fonction des revenus. C'est une association qui dépend de la préfecture ; l'équipe soignante est composée de son directeur, Guillermo, kinésithérapeute, d'une assistante sociale, Margarita, qui s'occupe de la partie administrative, d'une aide-soignante, Manuela, et de deux assistantes kinés, Felipa et Veronica. (L'assistant kinésithérapeute est au kinésithérapeute ce que l'aide-soignante est à l'infirmière). Des élèves assistants kinés y font régulièrement leurs stages pratiques.

Le centre de rééducation fait partie d'un complexe éducatif qui accueille les enfants handicapés depuis la crèche jusqu'à l'école primaire. L'ambiance y est très chaleureuse. Les patients, les parents qui accompagnent leurs enfants, le personnel soignant, tous sont joyeux, les rires fusent à tout instant. Nous partageons en commun avec le personnel de l'APAINE une même manière d'être : nous travaillons avec la même énergie du cœur à l'œuvre.

Nous partageons aussi le soin par le toucher. Si le personnel soignant a accueilli avec autant d'enthousiasme notre technique, c'est sans doute parce que le shiatsu, qui est aussi une thérapie manuelle, s'intègre aisément dans un protocole basé sur des massages, des mobilisations, des étirements comme le personnel de l'APAINE le pratique.

Pour être intervenue à plusieurs reprises au Pérou, dans des services de rééducation, j'ai pu constater la complémentarité du shiatsu et des techniques de kinésithérapie, les

résultats thérapeutiques étant souvent excellents lorsque l'on alterne les deux techniques.

Le personnel a montré dès le début beaucoup d'intérêt pour les cours, le directeur a soutenu notre projet auprès du personnel et de l'administration, c'est un point important puisqu'à mon avis la transmission de notre technique est la condition première de la pérennité de nos missions.

3/ Quelle est la nature des actions de Solidarité Shiatsu à l'APAINÉ ? Qu'accomplissent les bénévoles de l'AIST qui y partent en mission humanitaire ?

Nous donnons des soins le matin et des cours l'après-midi. Il nous arrive aussi de pratiquer le Qi Gong avec le groupe.

Lors de la dernière mission, Guillermo, le directeur du centre, a appuyé notre projet en dégageant des heures pour les cours l'après-midi et le vendredi toute la journée, nous avons ainsi pu totaliser 20 h de cours en deux semaines.

Les missions sont fatigantes mais merveilleusement enrichissantes, rappelons que nous sommes à 3500m d'altitude à Sicuani, 3900 à Yanaoca, le village où se déplace régulièrement le personnel de APAINÉ et où nous avons eu la chance de pouvoir travailler une journée pendant cette dernière mission d'avril 2013.

4/ Il semble qu'une convention va prochainement être signée entre l'AIST et l'APAINÉ. Pouvez-vous nous en expliquer les grandes orientations ?

Nous sommes en effet sur le point de signer cette convention, basée sur une coopération qui permettra la poursuite de l'enseignement commencé.

La convention est tripartite, elle est établie entre l'AIST (Association Internationale de Shiatsu Traditionnel), l'EST (l'Ecole de Shiatsu Thérapeutique) et l'APAINÉ.

L'EST est impliquée en tant qu'organisme de formation habilité à délivrer des certificats de formation en shiatsu.

Les missions seront d'une durée de 15 jours et auront lieu deux fois par an afin d'assurer un suivi pédagogique. La formation est adaptée au contexte thérapeutique.

Nous envisageons actuellement une formation sur une durée de 4 ans, ce qui représenterait 160 h de cours théoriques et pratiques, sans compter les heures de pratique supervisées lorsque les élèves mettent en application l'enseignement reçu avec leurs patients. Certains intègrent déjà des éléments de shiatsu aux traitements usuels. Veronica, praticienne de santé à l'APAINÉ, utilise régulièrement les moxas. Il faut se rappeler que nous sommes à 3500m d'altitude et que le moxa est tout particulièrement indiqué pour lutter contre les symptômes de froid.

5/ De par votre action au sein de la branche Solidarité Shiatsu de l'AIST, vous êtes devenue au fil des missions une personne ressource qui pourra garantir auprès du personnel soignant de l'APAINÉ la continuité des enseignements du protocole de Sei Shiatsu Dō. Selon vous, quelles qualités devront présenter les personnes qui feront acte de candidature pour les missions péruviennes à venir ?

Le candidat devra parler espagnol, être adhérent de l'AIST, praticien de Sei Shiatsu ou élève en 4e année à l'EST.

Il devra pouvoir s'adapter aux conditions de travail (on est souvent amené à travailler sur des matelas trop mous, tant au sol que sur des lits).

Accepter et savoir s'adapter aux conditions d'hygiène et de pauvreté : nous travaillons avec un public issu de milieux défavorisés présentant un handicap permanent (paralysies cérébrales infantiles, trisomies...) ou temporaire (traumatismes, AVC...).

C'est à nous de nous adapter à une autre culture. On devra en tenir compte pour l'enseignement, là aussi il faut savoir faire preuve de souplesse. Et surtout : le désir de soigner et de transmettre notre belle technique avec un cœur ouvert, disponible...



[Béatrice avec un bébé](#)



[Cours de MTC](#)



[En pratique](#)

Si vous souhaitez contacter Béatrice pour avoir plus d'informations ou répondre à vos questions, envoyer un mail à : beatrice.bernard@unedeplus.net
son site internet: www.shiatsu-therapeute.com

EVENEMENTIELS

Interview de Bernard Bouheret au sujet de notre participation au tournoi de Roland-Garros

1/ L'AIST vient de participer au tournoi de tennis qui s'est déroulé à Roland-Garros, pouvez-vous nous dire comment cet événementiel a pu advenir ?

J'ai eu la chance de rencontrer Sandra Gorline, praticienne d'une autre école de Shiatsu et responsable du pôle Médias à La FFT.

Elle a reçu plusieurs shiatsu de ma part, elle est aussi venue à quelques journées d'enseignement et a pu voir le groupe à l'œuvre.

Elle avait déjà émis l'idée de donner des soins à la FFT et tout s'est mis en place cette année grâce à son impulsion.

Nous avons été prévenus de la possibilité d'ouvrir cet atelier seulement 15 jours avant, ce qui n'était pas évident... mais l'appel à été plus qu'entendu...

2/ Quel a été le rôle des pratiquants de shiatsu qui sont intervenus à Roland-Garros et comment ont-ils été choisis ?

Nous avons d'abord ouvert à tous de peur de manquer de monde mais très vite, devant l'afflux des demandes, la FFT a exigé que les élèves soient bien formés pour ce 1er atelier- rendez-vous.

Nous avons donc signé une convention autorisant l'accès aux élèves de 3ème année et plus.

L'année prochaine nous pensons que les 1ère années "refoulés" pourraient être prioritaires car l'atelier s'étendra certainement sur 15 jours et avec des créneaux s'étalant de 10h à 19h... il y aura de quoi faire !!!!

3/ Depuis 10 ans, l'AIST promeut le shiatsu en accueillant, au sein des ateliers shiatsu, des personnes qui viennent s'allonger sur des tapis et recevoir au fil de notre protocole nos pressions et nos soins. Participer au tournoi de Roland-Garros marque-t-il un tournant dans les activités de l'AIST ? N'y a-t-il pas quelques craintes à avoir de proposer le shiatsu sincère dans un cadre aussi prestigieux et aussi médiatisé que celui-ci ?

En effet il faut rester vigilant, la tête ne doit pas nous tourner parce que nous sommes dans une belle vitrine...

Nous n'avons pas vocation à briller dans ces lieux prestigieux pour faire partie de la gente médiatisée.

Il n'en reste pas moins vrai que c'est une occasion supplémentaire de transmettre notre art et de témoigner de notre attachement à cette discipline manuelle.

4/ Avez-vous eu des retours concernant cet événementiel ? Pouvez-vous nous les faire partager ?

Je suis allé "in situ "le mercredi 5 Juin sous un soleil enfin revenu et les retours étaient magnifiques.

Chacun, après le soin, était prié de remplir un questionnaire complet et les avis étaient sans conteste très positifs.

5/ Pouvez-vous nous dire si cette aventure restera sans lendemain ou bien si nous aurons d'autres occasions de partenariat avec la Fédération Française de Tennis ?

Oui, cette aventure pourrait se prolonger en septembre au tournoi de Bercy puis être pérenne toute l'année et pourquoi pas se diffuser vers le staff des tennismen qui commençait à pointer le bout de son nez (médecins , kinés....)

Affaire à suivre donc...

Mille mercis à tous ceux qui se sont proposés.

Haut les cœurs et à très vite.

Votre serviteur Bernard.

Message de Brigitte CORDEAU suite à notre participation au tournoi de Roland-Garros

Bonjour à tous,

Je tenais à vous remercier, au nom de la FFT et personnellement, de nous avoir fait découvrir le Shiatsu dans cette période très intense pour nous.

Grâce à vous, plus de cent salariés FFT ont pu bénéficier de vos mains expertes qui leur ont apporté relaxation, bien-être et confort.

Les retours sont très positifs, vos prestations ont été fortement appréciées.

En espérant pouvoir renouveler cette expérience l'an prochain, je vous remercie encore de votre participation et vous souhaite une excellente journée.

Brigitte CORDEAU

Département R.H.

Fédération Française de Tennis

Interview d'Anne Clément sur l'intervention de l'AIST à l'IUT de Sénart-Fontainebleau

1/ Comment avez-vous eu l'idée de participer au Forum Bien-être organisé par l'IUT de Sénart-Fontainebleau ?

A l'origine, Bernard Bouheret a reçu une lettre de l'IUT pour demander la participation de notre école à cet événementiel. Il en a parlé aux responsables de l'AIST qui se sont retrouvés face à une difficulté nette : l'idée était intéressante mais personne n'avait le temps de s'en occuper.

Or, depuis longtemps, Jean-Claude Tanguy souhaite que l'AIST ne limite pas ses activités à Paris intra-muros car de nombreux adhérents habitent en périphérie de la capitale et en province. Nous tenions là une belle opportunité de promouvoir le shiatsu "loin de Paris". Il a alors constitué une liste des adhérents qui vivent dans les environs de Sénart et de Fontainebleau auxquels un courriel a été adressé. Nous avons été informés que l'AIST recherchait des personnes intéressées pour organiser cet événementiel et invités à y participer. J'ai proposé de m'occuper de contacter les responsables de l'IUT et tout s'est enchaîné.

2/ Comment se sont déroulées vos démarches auprès de l'IUT ? Avez-vous été satisfaite des conditions proposées dans le cadre de cette intervention ?

Les démarches se sont déroulées très simplement. L'équipe du service culturel de l'IUT, habituée à l'organisation de ce type de rencontre, a apporté des réponses précises à toutes nos questions pratiques, cela allait déterminer la faisabilité de notre intervention. Ensuite les démarches plus administratives se sont enchaînées, nous avons évoqué les conditions dans lesquelles nous pourrions intervenir, puis nous avons confirmé notre participation.

Des espaces confortables ont été mis à notre disposition sur les sites de Sénart et de Fontainebleau ; nous avons été très bien accueillis par l'équipe du service culturel et par les étudiants ; nous avons eu des échanges intéressants avec ces personnes et aussi avec d'autres intervenants présents sur les forum. Tout était réuni pour des journées réussies !

3/ Les adhérents de l'AIST ont-ils répondu présents à l'invitation et vous semblent-ils satisfaits d'y avoir participé ?

Parmi les adhérents de l'AIST informés par l'email de Jean-Claude au sujet du déroulement de ce forum, plusieurs ont immédiatement manifesté leur intérêt et l'équipe de participants s'est constituée très rapidement.

L'ambiance des ateliers a été très agréable, tous les participants ont dit avoir été satisfaits de cette expérience.

4/ Sur place, pouvez-vous nous expliquer comment s'est déroulé l'évènementiel et comment les personnes qui ont reçu le shiatsu ont réagi ?

L'IUT de Sénart Fontainebleau a organisé un forum "bien-être" sur 2 journées, le 14 mai dans l'établissement de Sénart et le 21 mai dans celui de Fontainebleau. Ce forum regroupait plusieurs intervenants dans des domaines différents de la santé : sophrologie, réflexologie, massage de relaxation, gymnastique, conseils prévention santé (stands de l'assurance maladie et d'une mutuelle étudiants) et shiatsu.

Un petit-déjeuner était proposé à partir de 9 h 30 à l'occasion de ces forum, ce qui incitait les étudiants à se retrouver en un même lieu dès le début de l'ouverture des ateliers. Cela a beaucoup favorisé un premier échange avec les étudiants, ce qui a permis de susciter leur curiosité et a amené plusieurs d'entre eux à recevoir un shiatsu.

Sur chaque site, nous avons été 5 praticiens présents sur toute la durée du forum, de 10 h à 15 h. La fréquentation de notre atelier a vraiment débuté vers 11 h 30 et ne s'est presque pas interrompue ensuite jusqu'à 15 h, voire un peu plus tard même sur le site de Fontainebleau. Il nous a été demandé de donner des shiatsu de 20 minutes, compte tenu du temps dont disposaient les étudiants et le personnel.

Les personnes qui ont reçu un shiatsu, la plupart pour la première fois, ont manifesté beaucoup d'intérêt, souvent beaucoup de surprise sur le fait de sentir leur corps d'une façon totalement nouvelle. Le commentaire de Dominique qui participait à ces 2 journées est très évocateur : "Faire découvrir la merveille qu'est le Shiatsu a sa part de responsabilité, mais la merveille des merveilles est le résultat de cette découverte par les futurs acteurs de l'avenir deux mille . . . : des sourires avec des yeux écarquillés paraissant revenir d'un voyage fantastique ; parfois non sans interpellations du corps sous les pressions Shiatsu !!... mais heureux ! Alors comme a dit l'une de mes jeunes patientes aujourd'hui, à Fontainebleau, à sa voisine de tatamis : " C ' est trop d ' la balle !!!....." " (« C'est génial » en argot d'aujourd'hui)

Les receveurs qui le souhaitent ont écrit un petit mot à la fin de leur séance de shiatsu.

Vous pouvez consulter le livre d'or en [cliquant ici](#).

5/ Pensez-vous que cette expérience pourrait donner lieu à des développements dans le futur ?

Une suggestion a été faite auprès de l'équipe du service culturel pour un projet de mise en place d'un atelier régulier de Qi Gong et/ou de shiatsu.

Si vous souhaitez contacter Anne pour avoir plus d'informations ou répondre à vos questions, envoyer un mail à : anne.c.clement@wanadoo.fr

UNIVERSITE MAKOTO

Enseignement des Principes de l'Endobiogénie et de la Phytothérapie Clinique Intégrative - Le système nerveux autonome

Atelier avec le Dr Jean Claude Lapraz, médecin phytothérapeute-clinicien, le vendredi 20 septembre 2013

Suite à l'enthousiasme soulevé par la première conférence-débat du Dr Lapraz, il nous fait l'honneur de revenir pour un après-midi qui promet d'être très riche d'enseignements.



Lieu: Salle Montparnasse - 92bis Bd du Montparnasse 75014 PARIS ([voir sur un plan](#))

Horaire: de 15h à 18h

Prix : 25 euros adhérents AIST et adhérents Phyto 2000 et 50€ pour les non-adhérents.

Inscriptions par mail auprès de Nathalie BOSSANT (date limite 15 septembre 2013) : nathalie.bossant@free.fr

Chèques de règlement à l'ordre de l'AIST à envoyer à Jean-Claude TANGUY, 20 rue de la Garenne, 60300 Avilly Saint Léonard

Son livre chez Odile Jacob: "La Médecine personnalisée- Retrouver et garder la santé"

A ne pas manquer !!!!

AUTRES INFORMATIONS

Projet de local AIST

Chers adhérents,

Lors de la dernière assemblée générale, la question de la location d'un local AIST nous a semblé avoir suscité un intérêt particulier.

Ce projet n'est pas nouveau puisqu'une provision, quoique modeste, figure déjà au budget de notre association. Néanmoins, les prix des locations immobilières étant très élevés, un tel projet a pu nous sembler encore lointain, voire utopique. Mais au mois de mai, lors d'une réunion des membres du bureau de l'AIST, le sujet a donné lieu à une discussion que nous souhaitons partager avec vous.

Nous sommes partis de l'idée que pour débiter une activité professionnelle de shiatsu shi, la question du lieu d'accueil des patients était prépondérante. Dès lors, pourquoi ne pas « mutualiser » cette charge à plusieurs praticiens débutants qui seraient à la fois diplômés de l'EST et membres de l'AIST ?

Nous avons procédé rapidement à une estimation globale de la faisabilité financière de ce projet qui ne nous a pas paru hors de portée, contrairement à l'idée préconçue que nous en avions. Nous sommes parvenus à une série de propositions que nous aimerions vous exposer afin que vous puissiez nous faire part de vos réactions.

Nous proposons que l'AIST se porte locataire d'un local ou d'un appartement consacré à la pratique du shiatsu suffisamment spacieux et bien agencé pour permettre à plusieurs praticiens d'y recevoir leurs patients dans des espaces de consultation.

Chaque praticien qui utiliserait un espace de consultation verserait une somme d'argent selon des modalités qui restent à définir. Notre estimation nous porte à croire dans une première approximation que le coût horaire avoisinerait les 5 € par praticien et ce tarif nous paraît bien intéressant.

Nous précisons clairement qu'afin que la location de cet espace ne soit pas une charge « à fonds perdus » pour l'AIST, le projet devra s'autofinancer, c'est-à-dire que les sommes versées par les différents praticiens utilisateurs devraient au moins couvrir le montant du loyer et des charges.

Nous souhaitons recueillir vos réactions quant à ces propositions.

En outre, afin que le local de l'AIST puisse être accessible géographiquement de la manière la plus pratique possible, nous pensons qu'il faudrait privilégier le quartier des Halles à Paris, du fait de l'intersection de très nombreux transports en commun.

Dernier point, et non des moindres, le bureau de l'AIST ne dispose pas en son sein des ressources humaines suffisantes pour procéder à la recherche de ce local ni pour gérer au quotidien l'organisation du planning des utilisateurs d'espaces de consultation. Nous lançons donc un appel à volontaires pour faire avancer ce projet qui nous semble promis à un bel avenir.

Pour le bureau de l'AIST : Soshun Dolley-Kawabata

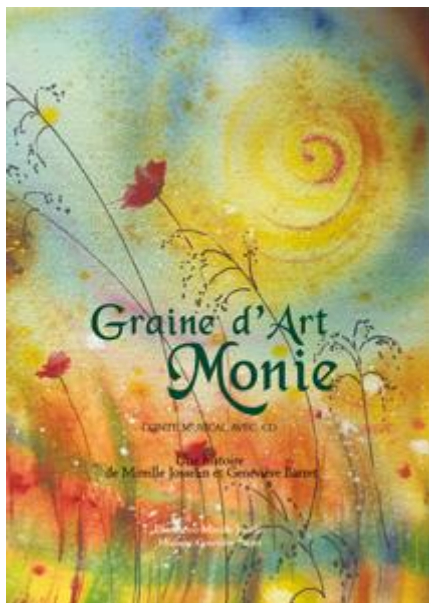
Si vous souhaitez contacter Soshun pour avoir plus d'informations ou répondre à vos questions, envoyer un mail à : soshun.shiatsu@gmail.com

CREATEURS

Présentation de "Graine d'Art Monie" - Merveilleux conte musical pour enfants réalisé par Mireille Josselin et Geneviève Barret.

L'équipe de l'AIST News est heureuse de vous présenter :
Graine d'Art Monie
Conte musical et poétique

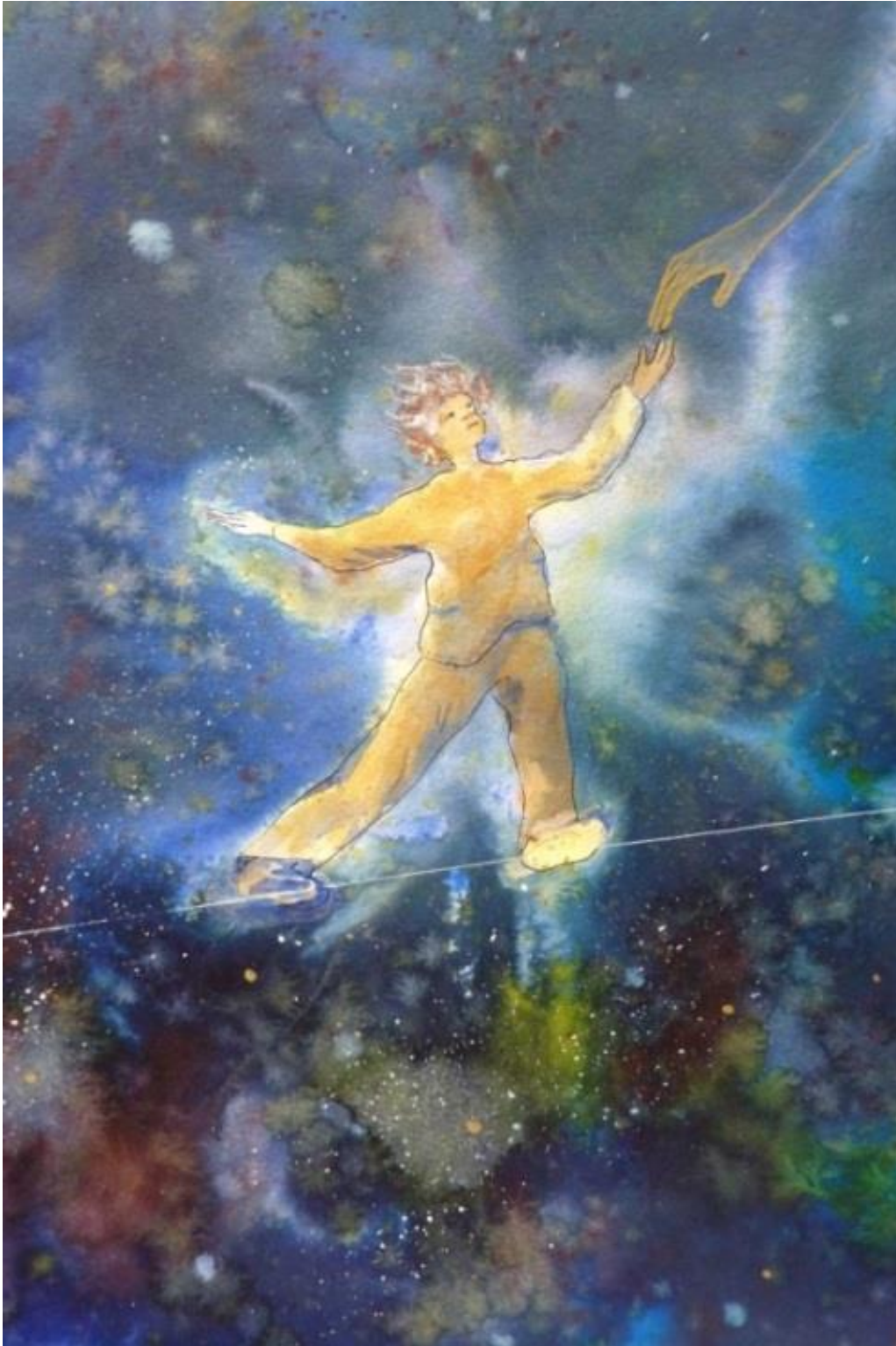
MONIE est une vieille femme à la vie simple et ordinaire... mais... pas tout à fait... Depuis son enfance, elle garde un secret qu'elle nourrit chaque mois d'un peu de rosée les soirs de pleine lune..., au soir de sa vie, elle part sur le sentier parcouru tant et tant de fois et vous invite au voyage. Le conte s'adresse à tous mais surtout à l'enfant intérieur en chacun d'entre nous...



Conte initiatique et symbolique sur la puissance et l'importance de l'Amour tout au long de la vie, de son aube à son crépuscule... Outre la merveilleuse qualité du conte, de ses illustrations et de sa bande originale, cette oeuvre abrite un génie poétique qui révèle à l'enfant que les fleurs nous parlent si nous savons les écouter et que le sens profond de la vie réside en nous-mêmes.

A l'issue d'une lecture de ce conte, un petit garçon de 5 ans a demandé après un long silence : "Hein pas vrai papa qu'avant d'être dans le ventre de Maman, j'étais dans son coeur ?". N'est-ce pas magnifique ?

Pour découvrir et commander cet ouvrage magique : cliquez-ici <http://mireille-josselin.fr/index.php?monie>
Pour en savoir plus sur le travail de Geneviève Barret, musicienne, chanteuse et conteuse de sons <http://www.genevievebarret.com> et de Mireille Josselin, peintre aquarelliste <http://mireille-josselin.fr/index.php?accueil>



[Confiance](#)



[Soins](#)



[Tom](#)



[Soupir](#)



[Marielle à Buthiers](#)

Si vous souhaitez contacter Geneviève pour avoir plus d'informations ou répondre à vos questions, envoyer un mail à : genevieve.barret2@orange.fr

Si vous souhaitez contacter Mireille, envoyer un mail à : josselinmireille@yahoo.fr