

Ce que je vous propose...

LE MASSAGE AMMA

Le massage AMMA (littéralement « calmer par le toucher, avec les mains ») est né au Japon il y a plus de 1000 ans.

Le **massage AMMA assis** que je vous propose a été mis au point aux Etats-Unis dans les années 80, afin d'en élargir la pratique. Il repose sur un ensemble de pressions, percussions et étirements qui soulagent les tensions, apaisent le système nerveux, procurent une profonde détente tout en dynamisant la personne.



Il est facilement accessible en entreprise car il peut se donner dans des lieux variés et en un temps réduit.

Avantages :

- se pratique sur le lieu de travail, un petit local suffit
- se reçoit habillé, sur une chaise ergonomique conçue à cet effet
- séances de courte durée (20-25 minutes) avec des résultats rapides
- active la circulation et redonne tonus et vitalité tout en procurant une agréable détente
- améliore la concentration, la vigilance et la productivité

**VÉRITABLE OUTIL PERMETTANT DE SOULAGER LE STRESS,
IL APORTE UN BIEN-ÊTRE GLOBAL ET UN NOUVEL ÉLAN
AU COEUR DE LA JOURNÉE**

Le massage AMMA dans votre entreprise :

une action qui s'inscrit dans la politique de Responsabilité Sociétale de l'Entreprise (**RSE**) et plus spécifiquement dans le cadre d'une démarche active de prévention des Risques Psycho-Sociaux (**RPS**) ou de Qualité de Vie au Travail (**QVT**)

Avertissement : Il s'agit d'une technique énergétique de bien-être et de confort, ayant un caractère préventif sans but thérapeutique dans le sens médical ou paramédical du terme.

La naturopathie au service de l'entreprise

QUI SUIS-JE ?

Forte d'une expérience combinée de **20 ans en entreprise** et plusieurs années de consultation individuelle en **naturopathie**, j'interviens en massage AMMA en entreprise.

J'anime également des conférences-ateliers sur le thème de la santé et de la gestion du stress

Quelques références

« Pas magique, mais presque. Effet dynamisant et relaxant. »

Vincent C.

« Christine vient très régulièrement dans notre entreprise, à l'heure du déjeuner pour des massages AMMA. Le bouche à oreille a fonctionné et les inscriptions se font de plus en plus vite. C'est une opération qui rencontre un vif succès, avec des retours toujours très positifs. »

Alexandra Lefeuvre,
responsable communication, Groupe MCA

CONTACT

Christine Duvieusart
Naturopathe - Chatou

06 63 75 23 70
cduvieuart@yahoo.fr
en savoir plus : www.duvieuart-naturopathe.fr



Christine Duvieusart
PRATICIENNE DE SANTÉ - NATUROPATHE