



AMICALE DU CENTRE HOSPITALIER  
DE VALENCIENNES AVEC LA PARTICIPATION DU CGOS

*Vous propose le massage assis minute ®*

® Méthode déposée par Joël SAVATOFSKI

**Le Massage Assis Minute® est une technique spécifique de Toucher - Détente dont les manœuvres sont spécialement étudiées pour relaxer le dos, la nuque, les bras et les mains.**

Il se pratique habillé, la personne étant installée confortablement sur une chaise ergonomique.

**Découverte le Jeudi 11 Mai de 12h00 à 16h00  
Salle Polyvalente.**

UNE PAUSE DÉTENTE ET DE BIEN-ÊTRE :

**LIBÉRATION DES TENSIONS**

**ÉVACUATION DE LA FATIGUE ET DU STRESS**

**LÂCHER PRISE ET APAÏSEMENT**

**RELAXATION**

**RÉCUPÉRATION ET RESSOURCEMENT**

**DYNAMISATION DES SENS ET DE L'ESPRIT**



Conçu pour s'adapter à chaque personne, à chaque situation et à être abordable par tous, le Massage Assis Minute® se pratique dans un climat de confiance et de respect de la personne.

Les prestations de Massage Assis Minute® n'ont aucun but thérapeutique. En raison de leur nature elles ne s'apparentent à aucune pratique médicale ou relevant de la kinésithérapie.

**Intervenant :**

**Gérard MELARD**

**Praticien en Massage Assis certifié**

formé par l'Institut de Formation Joël Savatofski-École Européenne du Toucher -Massage

**AMICALISTE : 10 €**

**NON AMICALISTE : 15 €**

Hall Jean BERNARD

☞ le lundi 12h30 - 14h30 & Hôtel Dieu

☞ le Jeudi 12h15 -15 h00

**2017, l'Amicale fête ses 40 ans**