



Gérald Bonnin

Fascia-Énergie Reboutologie®



Qualité de vie au travail, outil d'optimisation des résultats

Allier performance et productivité par le bien-être.

» RSE & QVT

→ RSE

La **responsabilité sociétale environnementale**, de son acronyme RSE, désigne la **contribution** et l'**investissement volontaire des entreprises** dans le cadre des **enjeux du développement durable**.

Que ce soit dans **leurs activités** ou dans **leurs interactions** avec **leurs parties prenantes**.

Les **obligations légales** relatives à la RSE visent à **encourager les entreprises** à adopter **des pratiques responsables**, à intégrer les **enjeux sociaux** comme **environnementaux** et à rendre compte de leurs actions dans ces domaines.



→ QVT

La **qualité de vie au travail**, de son acronyme QVT, désigne l'ensemble des **actions** qui visent à **améliorer le bien-être** et la **satisfaction au travail des employés**.

Cela inclut **l'équilibre** entre **vie professionnelle** et **vie personnelle**, le **climat social** ou bien la **reconnaissance au travail** par exemple.

Par conséquent, la QVT **optimise les conditions** dans lesquelles **les salariés exercent leur travail**, leur capacité à **s'exprimer** et à **agir au sein de l'entreprise**.

Ainsi, **l'amélioration** de la QVT peut conduire à une **augmentation** de la **productivité**, de la **motivation** des **employés** et de la **réduction** du **personnel**.

» Offres et modalités

→ Offre collective

- Stretching infini 8 S (groupe de 8 personnes)
- Spirales
- Souplesse
- Souffle
- Sensitif
- Slow*
- Sol
- Soft*
- Simple

*Lent, doux

○ Atelier de 30min à 1h, qui induit des gestes simples tout en travaillant au sol, en douceur la souplesse et le souffle. Cette technique permet de faire résonner les spirales en chacun de nous.



→ Offre individuelle

- Séance de reboutologie® et de fasciathérapie
- Durée de 30 minutes

○ Séance qui vise à soulager d'éventuels maux, tensions et douleurs dans le but de gagner en bien-être.

Reboutologie®

La reboutologie® est un massage ancestral considéré comme une solution de bien-être. Elle induit une détente profonde en résultant de l'oxygénation de parties précises du corps.

Cette pratique s'exerce dans le but d'assouplir, soulager et adoucir les zones douloureuses par le biais de gestes, appuis sans craquement et sans brusquerie.

Cette médecine douce agit sur les douleurs articulaires, musculaires et tendo-ligamenteuses.

Ainsi, la reboutologie® considère que les douleurs physiques peuvent être liées à des déséquilibres énergétiques ou émotionnels. Le praticien cherche par conséquent à identifier et à corriger ses déséquilibres pour favoriser le bien-être global.

- Morton
- Mal de hanche
- Scoliose
- Douleur épaule
- Tendinite
- Arthrose
- Sciatique
- Épine calcanéenne
- Canal Carpien
- Névralgie
- Cervicale
- Entorse
- Fibromyalgie
- Gonalgie
- Coccyx
- Lumbago

Fasciathérapie

La fasciathérapie est une méthode manuelle et non manipulative visant à soulager des douleurs, des inflammations ou des tensions liées au stress, aux émotions et où traumatismes physiques ou psychologiques, récents comme anciens, et ce, en agissant sur les fascias.

Les tissus connectés, appelés fascias forment un réseau complexe reliant le sommet du crâne aux orteils et allant de la superficie de la peau jusqu'à l'intérieur de la cellule.

Ainsi, l'état des fascias joue un rôle essentiel sur la libre circulation d'énergie, des liquides et du sang dans notre corps.

L'action de la fasciathérapie sur ce tissu permet de libérer les tensions pour redonner aux différentes structures leur souplesse initiale. De plus, elle engendre la libre circulation de l'énergie, amenant le corps à retrouver un état physiologique normal, et de bien-être.

- Anxiété
- Fibromyalgie
- Trouble digestif
- Rhumatisme
- Tendinite
- Burn-out
- Stress
- Névralgie
- Cervicalgie
- Arthrose



Contact



- **07 83 56 22 72**
- 28 rue des Chambellans
- 18230 Saint-Doulchard
- bonnin.gerald@orange.fr

