

*Pour tout renseignement, inscription ou prise de rendez-vous  
en Massage Synergétique®*

*Christiane Pallen  
+32 479 37 96 59  
christiane@ressourcements.be*

*Centre Ressourcements asbl - Ecole Belge de Thérapie et Pratiques Psycho-Corporelles  
☒ Welriekendedreef 45 - B-3090 Overijse • ☎ +32 2 657 65 37 • ☎ +32 2 657 75 47  
✉ info@ressourcements.be • 🌐 www.ressourcements.be*



# Massage Synergétique®

**NOUVEAU  
PROGRAMME  
2011-2012**

**Découvrir le plaisir du massage par la synergie de différentes techniques :  
Relaxation Coréenne, Shiatsu, Réflexologie Plantaire, Drainage Lymphatique, mas-  
sage à l'huile inspiré du Massage Initiatique®**

*Sessions de sensibilisation en 48h*



**Conférence sur le Massage Synergétique®  
Mardi 22/11/11 à 20h**



## ORIGINE DU MASSAGE SYNERGÉTIQUE

Joelle Thirionet crée en 1988 le Massage Synergétique. Elle le développe après avoir découvert dans son parcours, la richesse des 5 techniques suivantes : la Relaxation Coréenne, le Shiatsu, la Réflexologie Plantaire, le Drainage Lymphatique et le Massage Californien qu'elle rassemblera au sein de ce massage. Par la suite, elle remplacera les mouvements du Massage Californien par des mouvements inspirés du Massage Initiatique®.

## APPORTS SPÉCIFIQUES DU MASSAGE SYNERGÉTIQUE

Le Massage Synergétique comprend des mouvements de :

- Relaxation Coréenne : elle est pratiquée par des mouvements de pression, d'étirement, de vibration. Cette technique se pratique généralement en début du massage afin d'aider le corps de la personne à se poser et s'ouvrir et ainsi lui apporter une plus grande réceptivité aux techniques qui suivent.

- Shiatsu : au sein du Massage Synergétique, il se pratique sur l'abdomen par des mouvements de pressions. Cette technique rééquilibre les vides ou excès énergétiques des différents organes travaillés et procure souvent à la personne un grand sentiment d'apaisement.

- Réflexologie Plantaire : elle se pratique par des mouvements de pression et de rotation sur les points réflexes des pieds reliés aux reins, au canal de l'uretère et de la vessie, organes faisant partie du système urinaire chargé d'éliminer les toxines et de donner l'énergie vitale. La Réflexologie Plantaire aide aussi la personne à déconnecter de son mental.

- Drainage Lymphatique : il se pratique par des manœuvres d'une grande douceur et d'une grande précision puisqu'elles doivent être exécutées dans le sens de la circulation de la lymphe. Au sein du Massage Synergétique, la pratique se fait sur les zones ganglionnaires des bases antérieures et de l'abdomen. Le Drainage Lymphatique permet régulièrement à la personne d'aller encore plus dans son intériorité.

- Massage Initiatique® : il se pratique à l'huile. Les mouvements sont inspirés du Massage Initiatique® (Niveau physique). Cette technique termine généralement l'ensemble du massage afin de finaliser ce moment par des mouvements enveloppants tout le corps de la personne.

## TÉMOIGNAGES D'ÉLÈVES ET DE CONSULTANTS

Le Massage Synergétique® m'a permis, dans un même massage, de me rééquilibrer par la réflexologie et me laisser gâter par le massage à l'huile.

Jean - 38 ans

Recevoir une séance de Massage Synergétique® me donne une sensation de dynamisme, de détente et d'enveloppement.

Carine - 26 ans

J'ai apprécié découvrir les différentes techniques du Massage Synergétique®. Cela m'a permis de trouver un massage adapté à tous les membres de ma famille.

Annabelle - 32 ans



## PUBLIC CONCERNÉ PAR LES CONSULTATIONS

---

Le Massage Synergétique® s'adresse aux personnes qui souhaitent pouvoir profiter des bienfaits des différentes techniques de massage et de relaxation intégrées dans ce massage.

En fonction des besoins de la personne, le Praticien, tout en maintenant l'harmonie des 5 techniques en synergie, travaillera parfois davantage une technique plutôt qu'une autre pour en intensifier les effets.

Une pratique régulière peut apporter à la personne la possibilité de nourrir ses besoins ou de sentir enveloppée, tout en bénéficiant d'un rééquilibrage spécifique par rapport à un organe ou à un système (respiratoire, digestif...).

Elle se sent ainsi progressivement réunifiée tout en étant revitalisée.

## COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE INDIVIDUELLE

---

Une séance débute toujours par un moment d'entretien verbal, qui permet au Praticien de déterminer les techniques les plus spécifiques en relation avec les besoins nommés par le consultant pour aller vers la réharmonisation de son être.

Ensuite, plusieurs parmi les 5 techniques seront données pendant le massage en fonction de ce que le consultant aura demandé.

La séance s'achève par un moment de partage verbal où la personne peut exprimer ce qu'elle a ressenti par rapport aux techniques qu'elle a reçues.



## OBJECTIFS DES SESSIONS DE SENSIBILISATION

---

- Découvrir les connaissances de base des 5 techniques de massage
- Découvrir la spécificité et la complémentarité de chaque technique
- Découvrir l'auto massage pour les techniques de Shiatsu, Réflexologie Plantaire et Drainage Lymphatique
- Pratiquer les exercices énergétiques pour développer les qualités du donneur (concentration, respiration, centrage, écoute ..) ainsi qu'une présence spécifique à chacune des techniques
- Aborder les notions essentielles d'anatomie spécifiques à chacune des techniques
- Aborder l'approche symbolique reliée à chacune des techniques
- Structurer une séance de massage comprenant les 5 techniques et comprenant les manœuvres utiles aux besoins de la personne

## PUBLIC CONCERNÉ PAR LES SESSIONS DE SENSIBILISATION

---

Ces sessions de sensibilisation peuvent être suivies par des personnes :

- soit intéressées par une formation en massage, mais qui souhaiteraient d'abord avoir une vue d'ensemble des différentes techniques pour ensuite pouvoir approfondir l'une d'entre elles.
- soit ayant déjà une formation complète dans une technique de massage et qui souhaiteraient compléter leur formation par le Massage Synergétique®, leur offrant ainsi un magnifique complément global.





**Christiane Pallen**

Institutrice maternelle depuis 1981, elle découvre le Massage Synergétique® en 1995. C'est pour elle, d'une part, le début d'un parcours de développement personnel, et d'autre part, les joies de découvrir un nouveau loisir, de nouvelles rencontres et de nouvelles qualités d'échange dans ses relations. Elle participe ainsi pendant deux ans, avec passion et assiduité, aux formations de Réflexologie plantaire, de Drainage lymphatique et du Shantala,

qu'elle enseigne depuis 12 ans au sein du Centre Ressourcements.

En 2000, elle s'élance dans la toute première formation en Thérapie Psycho-Corporelle Evolutive® donnée par Joëlle Thirionet et devient Praticienne certifiée en TPCE® en 2004 après un long et intense parcours à la découverte des profondeurs de son être. Cette formation l'amène encore à amplifier sa qualité de vie personnelle et à bénéficier d'outils complémentaires pour sa pratique tant dans ses formations de massage que dans ses consultations.

---

**DÉROULEMENT DES SESSIONS EN MASSAGE SYNERGÉTIQUE**

Chaque session se déroule en 48h de cours collectifs.

Les techniques sont enseignées au fur et à mesure de la session dans l'ordre suivant (relaxation coréenne, shiatsu, réflexologie plantaire, drainage lymphatique, massage initiatique).

La fin de la session est consacrée à y découvrir la structure d'une séance de Massage Synergétique comprenant les 5 techniques.

A l'issue de la présence aux 48h de cours collectifs, le participant reçoit une attestation de participation à la session de sensibilisation.

Pour pouvoir bénéficier d'une certification, les participants doivent présenter un testing.

Conditions requises pour passer le testing de certification :

- avoir suivi les 48h de cours collectifs.
- avoir rempli un contrat de 5 séances de massage donnés et de 5 massages reçus, soit en collaboration avec les participants du groupe, soit avec des personnes extérieures.

Le participant obtient sa certification à condition d'avoir réussi son testing théorique et pratique.

La durée du testing est de deux heures et s'élève à 80€.

A l'issue de chacune de ces étapes, le participant devient praticien certifié en Massage Synergétique® par le Centre Ressourcements.

---

**DATES ET PRIX DES SESSIONS DE SENSIBILISATION**

Prix : 442 € (48 h de cours collectifs)

Conférence de présentation : mar. 22/11/11 à 20h

Session de sensibilisation : 12 mercredis soirées de 18 h 30 à 22 h 30 :

18-25/1 - 1-8-15-29/2 - 7-14-21-28/3 - 21-28/4/12

---

**NOMBRE DE PARTICIPANTS**

Le nombre s'élève à maximum 10 personnes. Ce nombre permet ainsi de préserver une qualité relationnelle entre la formatrice et les participants ainsi qu'un suivi plus personnalisé de chacun dans son évolution de la pratique.