

PÉRIGUEUX

Des massages Shiatsu proposés



Annabelle Rieux exerce en auto-entrepreneur

Annabelle Rieux propose des massages Shiatsu sur Périgueux depuis 2012. Une passion et une profession qu'elle exerce sous le régime de l'auto-entrepreneur.

Shiatsu. Du Japonais Shi qui signifie doigt et de atsu qui signifie pression. Comme l'acupuncture, il s'agit d'une des disciplines de la médecine traditionnelle chinoise qui envisage la santé de l'être humain dans sa globalité : physique, psychique et mentale. Il ne s'agit ni d'un massage, ni d'une idéologie ou d'une médecine au sens occidental mais ses adeptes préfèrent parler d'un art préventif. Un art qui s'exerce à travers une manipulation avec l'aide des pouces, des doigts et des paumes, sans recours à un autre instrument mécanique, par application d'une pression au

niveau de l'épiderme afin de corriger les dysfonctionnements. Le shiatsu est reconnu en France comme médecine non conventionnelle digne d'intérêt depuis 1997. C'est cette médecine traditionnelle chinoise qu'a choisi d'exercer Annabelle Rieux, après une carrière dans le tourisme. Après un IUT tourisme à Périgueux, elle a d'ailleurs exercé au sein du cabinet François Tourisme Consultant à Trélissac. Sa passion pour le shiatsu est née un peu par hasard. Un jour on lui a offert une séance, ce fut une révélation. Elle s'est alors rapproché des écoles pour apprendre cet art qui se pratique en Chine en famille. Il y a une école à Issigeac, mais c'est finalement auprès de Michel Sarre, à Artigues-près-Bordeaux qu'elle a décidé de se former en parallèle de sa carriè-

re dans le tourisme, à compter de 2010. Quatre ans et 120 heures de formation lui ont été nécessaires pour saisir toutes les subtilités du massage Shiatsu. Elle a parfait sa technique l'an dernier par un voyage au Japon et dans toute l'Asie où elle a appris le massage thaï des pieds qu'elle propose.

Annabelle Rieux a tout d'abord commencé à exercer à l'Espace corps de Périgueux qui a depuis fermé avant de s'installer à son compte sous le régime de l'auto-entrepreneur à partir de 2012. Depuis le mois de juillet dernier, elle a un local situé 1 rue Belleyme.

Une séance de Shiatsu dure généralement une heure et coûte 40 euros. Le Shiatsu peut aider les personnes en prévention de la santé, à partir de l'âge de 5-6 ans. Il soulage certaines douleurs dans le domaine rhumatologique, gynécologique, psychologique, digestif, asthme, migraines, insomnies, parkinson, etc. Cela n'exclut toutefois pas le suivi médical habituel.

Le Shiatsu reste toutefois contre-indiqué en cas de grossesse dans les trois premiers mois, fractures récentes, plaies ouvertes, déchirures musculaires, interventions chirurgicales majeures, greffe de moins d'un an ou encore trouble cardiaque sévère.

E.C.

Annabelle Rieux, 1 rue Belleyme. 06 82 93 07 22. www.shiatsu-perigueux.com