

## Préambule

Je réalise l'ensemble de mes prestations, sans discrimination, hommes et femmes à partir de 18 ans dans le respect de votre vie privée, de votre dignité, liberté et intégrité.

Avec autorisation parentale pour les adolescents de 14 à 18 Ans.

Accompagnés d'un parent ou d'un représentant l'égal pour les enfants de moins de 14 ans.

Les bébés demandant une formation spécifique je ne pratique pas sur ces derniers.

Pour toutes prestations corporelles ou de coaching, si le praticien détecte ou suspecte une éventuelle contre-indication ou une situation non appropriée à la prestation demandée, en vertu du principe de précaution, il peut refuser de réaliser là où les prestations demandées, tout en invitant le receveur / client à consulter un autre professionnel.

## Annexe 1-1 Services de Bien-être corporel.

### Shiatsu traditionnel / shiatsu sur table de massage ou chaise ergonomique

Le Shiatsu est une technique d'origine japonaise qui consiste à l'exercice de pressions avec, les mains, les doigts et le plus souvent les pouces. Les pressions sont exercées sur les points d'acupuncture et par extension sur l'ensemble du corps à l'exception des zones érogènes.

La technique est effectuée par-dessus les vêtements, il est demandé au receveur de porter lors du soin des vêtements relativement fins et souples.

Une séance a pour seul objectif d'apporter détente, relaxation, bien-être physique et mental, ainsi que d'accompagner les personnes dans une meilleure connaissance d'elle-même.

La séance comprend :

- Un temps d'échange afin de détecter d'éventuelles contre-indications ou précautions particulières.
- La pratique du shiatsu est effectuée : au sol, sur futon et tatami ou si les conditions l'exigent sur table de massage ou chaise ergonomique.
- Un temps d'échange pour clôturer la prestation. Durant cet échange des conseils ou informations visant au développement du bien-être du receveur peuvent être portés à la connaissance de ce dernier. **Ces conseils et informations ne sont en aucun cas des prescriptions et ne se substituent pas à une prescription médicale.**

### Kobido

Le Kobido issu du Japon, est une pratique manuelle de pressions, de lissages et de percussions ayant pour objectif de favoriser la microcirculation des fluides, il se pratique sur le haut, des épaules, le cou et le visage. Le kobido est également une approche qui favorise la détente et la relaxation, et n'a aucune visée thérapeutique. Il se pratique sur futon ou sur une table de massage.

## Annexe 1-2 Le Coaching individuel (Life coaching) Coaching de vie

Le coaching s'inscrit dans le domaine du développement personnel il peut être considéré comme un levier au changement, il est orienté dans l'axe présent futur **et se différencie d'une thérapie.**

Je pratique le coaching dans la bienveillance et dénué de tous jugements.

Le coaché / client reconnaît que les entretiens de coaching **impliquent personnellement** et qu'il peut ressentir à certains moments des difficultés sur le plan émotionnel – tel que le doute, le stress, la frustration, l'énervement, la tristesse etc...

Le coaché / client reste en pléines possessions de ses droits et moyens, en toute conscience il peut à tout moment demander au coach **l'interruption immédiate d'un exercice.** De même il reste décisionnaire et responsable de ses choix.

Le coach n'est pas tenu à la garantie de résultats en contrepartie il est garant du processus.

### **Déroulement du coaching de vie**

Le coaching de vie consiste en un ensemble d'entretien dans lesquels sont inclus des outils dont l'objectif est de permettre une ouverture sur la perception de soi-même et de son environnement.

Il fait l'objet d'un contrat signé entre les deux parties.

Le nombre de séances peut varier suivant : la capacité, l'exigence, et la demande du coaché. Il est généralement entre 10 et 20 séances. De 1h à 1h30.

Les séances se répartissent sur 4 grandes étapes :

- Aider le coaché/ client à comprendre là où il en n'est dans le présent
- Aider le coaché/ client à fixer un objectif clair
- Aider le coaché/ client à lever ou contourner les blocages qui ont jusqu'ici empêché la réalisation de l'objectif
- Aider le Coaché/ client à mettre en place un plan d'action afin d'atteindre cet objectif

Dans la mesure de ses possibilités le coaché/ client s'engage à effectuer avec sincérité et de façon investi les actions décidées d'un commun accord durant les entretiens de coaching.

### **Key Coaching**

Entretien ponctuel de 1 à 2 séances (séance sans engagement et non contractuelles) qui répondent aux mêmes exigences et contraintes que le coaching de vie à l'exception de l'engagement dans la durée, pas de contrat.

### **Annexe 2 : Conditions tarifaires**

Les tarifs des prestations sont indiqués en euros et sont consultables à l'adresse suivante :

<https://les-qi-libres.fr/cabinet-shiatsu-contact/> ils sont également affichés au cabinet.

L'EIRL DROUET Yannick se réserve la possibilité de modifier ses tarifs à tout moment.