

Massage classique, de relaxation

30min: 60CHF / 60min: 100CHF

Massage sportif

30min: 60CHF / 60min: 100CHF

Massage assis sur demande

Massage aux pierres chaudes

75min: 150CHF

Réflexologie plantaire

30min: 60CHF / 60min: 100CHF

Réflexologie amérindienne

60min: 100CHF

Reiki

30min: 60CHF / 60min: 100CHF

Harmonisation énergétique

2 séances de 60min: 170CHF

Soin intuitif des corps

60min: 100CHF

Massage classique et réflexologie plantaire remboursés par les assurances complémentaires (agrée RME/ASCA)

20% de réduction pour chômage, AI, AVS, étudiants

Sur rendez-vous...

Richard Girard

Route du Pavement 17

1018 Lausanne

078 713 48 29

021 646 07 36

girric@yahoo.fr

www.richardmassages.com

Cabinet

Au delà



du contact...



Massages



Réflexologies



Interventions énergétiques



Accompagnement

“Aller au delà de soi-même, c'est avancer sur le chemin de la conscience!”

Richard Girard

Infirmier

Massothérapeute diplômé

Réflexologue diplômé

Maître Reiki

Membre de la FSM

Agréé RME et ASCA

Interventions énergétiques

Afin de rétablir le fluide énergétique qui circule en vous et autour de vous, j'utilise trois approches permettant cette harmonisation. Le **Reiki** se décrit comme la Force de Vie Universelle. Cette méthode sacrée, transmise par imposition des mains, est utilisée pour équilibrer et harmoniser le corps, l'esprit et l'âme. L'**Harmonisation Énergétique** est une technique d'intervention sur chacun des corps subtils afin de rétablir l'équilibre et la libre circulation de l'énergie vitale. Enfin, le **Soin intuitif des corps** est une approche du cœur, non apprise, où l'énergie guide les mains afin de traiter les corps énergétiques selon les besoins du moment.



Réflexologies



Les approches réflexes suivantes consistent à envoyer des impulsions ou tout simplement une intention de rééquilibration et laisser agir avec confiance. La **réflexologie plantaire** est une pratique naturelle de santé visant la prévention et le renforcement de la force vitale. Ce massage réflexe consiste à stimuler les points ou zones correspondant à des organes, glandes ou parties du corps ayant besoin d'être remis en équilibre. Tout en douceur, la **réflexologie amérindienne** invite à un voyage intérieur permettant d'accéder à un équilibrage émotionnel, mental et énergétique, par apposition des doigts sur différents points des pieds.

Massages



Richard Girard

Québécois et infirmier de profession depuis 1989, j'ai travaillé en milieux hospitalier, clinique et communautaire. Tout au long de ma vie, la qualité du contact avec l'Être Humain a toujours été source d'ouverture et d'expansion. A travers cette dimension qu'est la communication, j'ai appris à développer mon intuition stimulant ainsi le désir d'évoluer sur le chemin de la conscience.

Avec ce ressenti et une attitude d'écoute, de respect et d'accueil et en vous permettant de vous arrêter un moment, je propose de vous accompagner «Au delà du contact» avec vous-même par différents types de massages ou interventions énergétiques.

Puisse cette démarche vous amène vers la paix, l'harmonie, un peu plus de transparence et créer un lien plus durable avec votre Être Profond...



Je vous propose différents massages afin de vous permettre une meilleure détente du corps et de l'esprit. Le **massage classique** s'effectue avec douceur et fermeté sur les muscles en utilisant des huiles naturelles. Il est utilisé pour améliorer la circulation sanguine, soulager les douleurs musculaires et les tensions, améliorer la flexibilité et apporter une détente. Le **massage sportif** se réfère principalement aux massages musculaires liés aux tensions, crampes, douleurs,... Par ce massage, les sportifs en tirent de nombreux avantages dont une meilleure mobilité, un temps de récupération réduit et une ré-oxygénation des muscles. Le **massage assis** travaille les épaules, le dos, la nuque, les hanches, les bras, les mains et la tête, directement à travers les habits. Proposé en milieu de travail, il est aussi indiqué pour les femmes enceintes, surtout en fin de grossesse. Enfin, le **massage aux pierres chaudes** est effectué à l'aide de pierres de basalte chauffées. La chaleur des pierres permet un réchauffement musculaire diminuant ainsi les douleurs. Des galets chauds et froids sont également placés sur les centres énergétiques amenant une détente et une harmonisation. Il est une union entre la force énergétique des pierres, leur chaleur, leur douceur et le masseur.

Accompagnement

A travers les approches que vous choisirez pour augmenter votre bien-être intérieur et/ou extérieur, je vous propose d'être à vos côtés afin de vous aider, vous soutenir ou tout simplement vous écouter, si vous le ressentez parce que le moment est bien choisi ou ce peut être le but de la rencontre.

Mon bagage professionnel, mes expériences personnelles, mes forces, mes aptitudes et mon ressenti me permettent de vous accompagner sur votre route non point pour vous trouver une solution mais vous aider à y voir plus clair par le questionnement, parfois la confrontation douce, l'éveil à d'autres concepts mentaux et revoir vos propres concepts et croyances pouvant être limitatif, toucher certaines émotions ayant besoin d'être libérées, aborder des sujets délicats ou tabous, identifier des jeux de rôles, etc.

Avec mon ouverture de cœur, le non-jugement, la compassion et le respect, je crois vous apporter un accompagnement sincère et selon vos besoins qui me seront exprimés au début des rencontres. Mes limites vous seront également exprimées.

Etapes de vie

Nous vivons tous des périodes chargées en expériences et émotions parfois difficiles à gérer et n'y voyons pas très clair seul. Je vous propose d'en discuter et tenter de prendre un peu de recul face à ceci en regardant différentes facettes de la situation, de l'évènement dans le but de vous permettre de traverser l'expérience le plus harmonieusement possible. Identifier les émotions qui y sont vécues ainsi que les concepts et croyances générant ces émotions sont des moyens utilisés dans l'accompagnement. Des soins énergétiques peuvent également être proposés au cours des rencontres.



Fin de vie



Ayant accompagné beaucoup de personnes se préparant à faire le passage de la mort, j'offre la possibilité à la personne en fin de vie et/ou à l'entourage proche de vivre ce passage avec le plus de douceur et d'harmonie possible par l'écoute, le non-jugement, le partage, la compassion, revoir les croyances, regarder les peurs, faire le bilan de sa vie, aborder les notions de pardon et les « non dits », faire face à l'inconnu, se préparer à l'absence, s'ouvrir à d'autres concepts et croyances, se libérer du passé pour mieux partir dans la paix et l'amour... Des massages et/ou soins énergétiques peuvent aussi être proposés au cours des rencontres. Le lieu de ces rencontres est à discuter selon les besoins et situations.

Accompagnement

Etapes de vie: 60min: 100chf

Le but de la rencontre est d'évaluer les besoins du moment selon le vécu de la période touchée.

Fin de vie: tarif sur demande.

Selon la situation, il est possible de se déplacer et d'accompagner soit la personne qui se prépare à partir, soit la famille, préférablement les deux ensembles.

Prenons contact...

Richard Girard
Route du Pavement 17
1018 Lausanne

078 713 48 29
021 646 07 36
girric@yahoo.fr

www.richardmassages.com