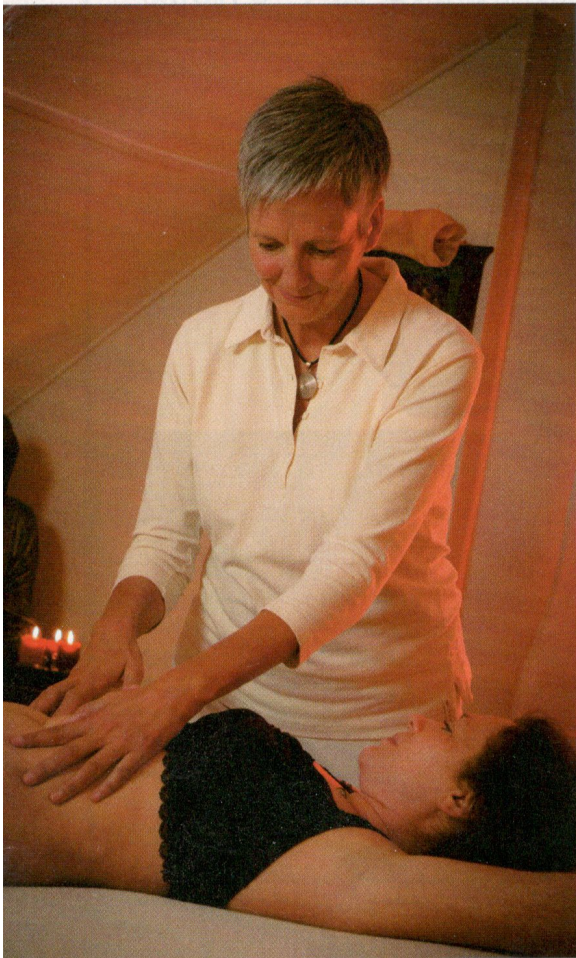


# Et si le bien-être passait par un massage du ventre?



L'Uccloise Nadia di Pasquale est devenue en quelques années la référence du Chi Nei Tsang en Belgique. En 1993, à San Francisco, Nadia découvre sa vocation. Massothérapeute depuis plus de 21 ans, elle met toute son expertise au service de ce massage du ventre. Son doigté et sa technique uniques permettent de déstresser en profondeur et nous reconnecter avec nous-mêmes. Enfin.

Si le massage se réaffirme aujourd'hui comme un outil précieux dans le bien-être au quotidien, il est une zone du corps essentielle systématiquement évitée... le ventre! Parsemés de 200 millions de neurones, les intestins sont pourtant aujourd'hui considérés comme notre deuxième cerveau. Sans oublier que l'ensemble de nos organes digestifs (estomac, foie, vésicule biliaire...) joue un rôle primordial dans notre santé au quotidien. Dans un environnement favorable et une approche globale et cohérente de la santé, le massage du ventre reste une clé de santé, un atout appréciable... et la médecine occidentale commence à s'y intéresser de près!

Efficace, ce massage thérapeutique issu de la médecine chinoise et

reconnu pour ses multiples bienfaits est particulièrement recommandé en cas de côlon irritable, constipation, ballonnements, crampes abdominales, troubles digestifs, surpoids, douleurs dorsales, stress, anxiété, douleurs psychosomatiques, manque d'énergie ou encore fatigue chronique... en favorisant le bon fonctionnement des organes vitaux, ce massage atténue les lombalgies, réduit le stress et les émotions négatives et augmente l'énergie, la vitalité et l'immunité. F.L

**Nadia Di Pasquale – Body & Mind Therapy**  
Rue E. Michiels 50 à 1180 Bruxelles  
02 347 72 12 - [info@shenkimassage.be](mailto:info@shenkimassage.be)  
[www.shenkimassage.be](http://www.shenkimassage.be)  
<https://www.facebook.com/shenkimassage/>

## Quand on se libère Au bord de l'eau

C'est une belle aventure uccloise qui s'annonce dès ce 1er mars avec l'ouverture du premier bassin thérapeutique bruxellois Au bord de l'eau. C'est aussi l'histoire d'une reconversion professionnelle et un espace partagé entre différentes pratiques thérapeutiques.

Jusqu'ici, il fallait aller dans le Brabant wallon ou en Flandre pour pouvoir bénéficier d'un massage aquatique. Ce 1er mars 2018 s'ouvre à Uccle le premier bassin de thérapies aquatiques bruxellois qui permet de bénéficier des massages issus du Watsu®, du Wata®, Healing dance®,... autant de disciplines aquatiques qui libèrent les tensions physiques, psychiques et mentales. À l'origine du projet, une architecte-urbaniste, en quête d'une reconversion douce, Dominique Dosogne. Elle a abordé la communication par le toucher, premier



sens éveillé, par le massage californien, puis des massages thaï et ayurvédique. Fin 2013, elle est totalement séduite par le Watsu: contraction des mots Water et Shiastu, c'est une technique de massage aquatique se pratiquant dans une eau chauffée à une température proche de celle du corps, 34°, massage durant lequel le praticien combine étirement, rotation, flexion des articulations, acupression et massage en accompagnant d'abord le rythme respiratoire du patient pour l'emmener vers une respiration plus ample et profonde. Pour toutes celles et

ceux qui ont cette impression que notre espace de vie, de pensées, d'actions est trop petit, le watsu; né en Californie en 1980 et pratiqué dans le monde entier, apporte une grande liberté des mouvements connectés à la respiration et favorise la libre circulation de l'énergie. On respire! F.L

**Dominique Dosogne 0473.70.90.97**  
Au bord de l'eau, 620 chaussée  
d'Alseberg - 1180 Bruxelles  
[www.auborddeleau.brussels](http://www.auborddeleau.brussels)