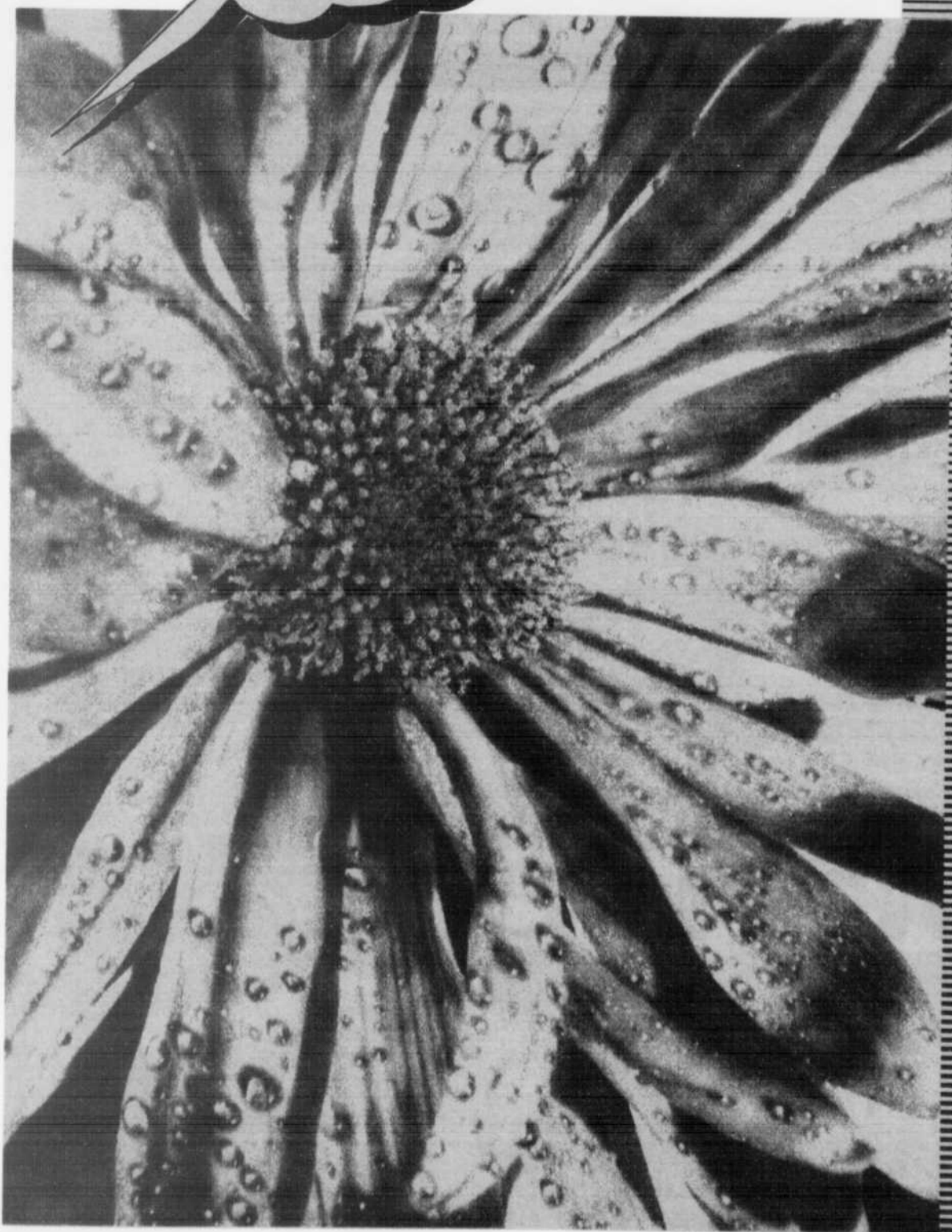


# INFO HARMONIE

# santé



DES MÉTHODES SIMPLES  
POUR UNE EXCELLENTE SANTÉ.

DES SPÉCIALISTES VOUS PARLENT  
D'ALTERNATIVES DE SANTÉ.

ASPECTS:

- PHYSIQUE
- ÉMOTIONNEL
- PSYCHIQUE

CAHIER SPÉCIAL  
**Le Nouvelliste**  
le 19 octobre 1994

# LA NOUVELLE FAÇON

## d'être bien dans sa peau

UN CENTRE DE SANTÉ OFFRANT DES SERVICES ET DES SÉJOURS PERSONNALISÉS SOUS UNE SUPERVISION PROFESSIONNELLE  
DANS UN CONTEXTE D'HÔTELLERIE DE VILLÉGIATURE.

PROGRAMME

### Demi-journée

**65\$**  
taxes  
en sus

- Massage
- Pressothérapie
- Bain hydromasseur
- Pause tisane
- Hammam (sauna à la vapeur)
- Sauna finlandais
- Spa à l'eau salée
- Peignoir
- Aqua-gym (samedi)

PROGRAMME

### Soins corporels

(une journée)

**110\$**  
taxes  
en sus

#### ÉVALUATION PHYSIQUE DE LA PERSONNE PAR UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ

- Enveloppement aux algues
- Bain hydromasseur
- Pause tisane
- Conditionnement physique
- Piscine
- Sauna finlandais
- Massage ou massage sous la pluie
- SPA à l'eau salée
- Pressothérapie
- Pause tisane
- Douche à jets dirigés
- Hammam (sauna à la vapeur)
- Peignoir
- Aqua-gym (samedi)

PROGRAMME

### Remise en forme

(une journée)

**110\$**  
taxes  
en sus

#### ÉVALUATION PHYSIQUE DE LA PERSONNE PAR UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ

Programme d'exercices suggéré (assouplissement, renforcement). Conseils généraux : bonne hygiène de travail. Application du stimulateur musculaire (au besoin).

- Massage
- Pause tisane
- Douche à jets dirigés
- Conditionnement physique
- Piscine
- Sauna finlandais
- Bain hydromasseur stimulant
- SPA à l'eau salée
- Pressothérapie
- Hammam (sauna à la vapeur)
- Traitement antidouleur, de prévention ou de cellulite
- Peignoir
- Aqua-gym (samedi)

PROGRAMME

### Soins de beauté

(une journée)

**110\$**  
taxes  
en sus

#### Évaluation physique de la personne par un professionnel de la santé

- Bain tourbillon aux huiles essentielles
- Massage du dos
- Pédicure
- Pause tisane
- Hammam (sauna à la vapeur)
- Douche à jets dirigés
- Piscine
- Masque athermique (visage)
- Manucure
- Pause tisane
- SPA à l'eau salée
- Maquillage
- Peignoir



### SOINS À LA CARTE



- Massage 40\$
- Massage sous la pluie 50\$
- Réflexologie 30\$
- Enveloppement aux algues + bain hydromasseur 60\$
- Soins du visage 35\$
- Pédicure 30\$
- Électrolyse 30\$
- Orthothérapie 30\$
- Physiothérapie 28\$
- Etc.

Centre  
de **santé**

G O D E F R O Y

**À L'AUBERGE GODEFROY**

À 2 MINUTES DU PONT LAVIOLETTE

819-233-4664   INTER-CAISSES

**CERTIFICATS-CADEAUX**  
Offrez un cadeau original avec nos  
certificats-cadeaux pour les pro-  
grammes de soins de beauté, soins  
corporels et remise en forme.  
Certificats-cadeaux disponibles  
à compter de 30\$

**GRATUIT**  
CARTE PRIVILÈGE  
Informez-vous!

Le centre de santé Godefroy

# Un centre unique ou la santé et le mieux-être vont de pair

Un nouveau centre de santé voit le jour dans la région du Coeur du Québec. En effet, l'Auberge Godefroy offre maintenant à sa clientèle un centre unique au Québec où

ses équipements à la fine pointe de la technologie. De plus, il vous propose les bienfaits de la mer, à 10 minutes de Trois-Rivières, tels que enveloppements aux algues mari-

Les traitements de physiothérapie sont parmi les services offerts au centre de santé Godefroy. On y retrouve aussi la massothérapie, l'algothérapie, l'esthétique, la réflexologie, l'aromathérapie, la phytothérapie, la kinésithérapie et l'orthothérapie

santé et mieux-être vont de pair.

Le nouveau centre de santé est un modèle tant par la variété des services qu'il offre que par la compétence de son personnel et par

nes, bain de boue, spa à l'eau salée, sablage au sédiment marin, etc.

Les soins à la carte et les différents programmes offerts peuvent



être pris avec ou sans hébergement.

Que ce soit pour un soin d'esthétique, un massage pour vos douleurs musculaire, articulaire, arthritique ou autres, les professionnels du centre de santé sauront répondre aux besoins de chacun dans une ambiance chaleureuse et propice à la détente.

L'équipe de professionnels du centre de santé Godefroy vous invite à venir les rencontrer en semaine de 9 à 21h et le samedi et dimanche de 9 à 17 heures. Nous acceptons les plans d'assurances pour la massothérapie, kinésithérapie, l'orthothérapie, la naturothérapie, physiothérapie, C.S.S.T. et la S.A.A.Q.

Pour renseignements ou rendez-vous le 233-4664

## SALON SCIENCES SANTÉ À TROIS-RIVIÈRES DU 1<sup>er</sup> AU 4 DÉCEMBRE 1994

### EXPOSANTS EN MÉDECINE TRADITIONNELLE ET MÉDECINES DOUCES ET SPIRITUALITÉ

JEUDI, VENDREDI, les 1<sup>er</sup> et 2 DÉCEMBRE de 9h30 à 21h  
SAMEDI 3 DÉCEMBRE de 9h à 17h  
DIMANCHE 4 DÉCEMBRE de 12h à 17h

**CONFÉRENCES ET MINI-CONFÉRENCES**

**NOMBREUX  
PRIX À GAGNER**

**CARREFOUR**

LE CENTRE DE L'ACTION DE TROIS-RIVIÈRES-OUEST



CLAUDETTE LESSARD

**CONFÉRENCIERS**

de réputation internationale sur place. Surveillez nos annonces pour connaître leur nom et leurs spécialités.



CONCEPTION # ORGANISATION  
Les Productions



POUR RENSEIGNEMENTS:

(819)

293-6965

# L'aromathérapie, une précieuse redécouverte

Nous savons que les anciens utilisaient les huiles essentielles pour embaumer les corps, pour combattre la putréfaction et pour conserver les aliments. Ces exemples ne confirment pas seulement une diversité de propriétés autres que celles requises en parfumerie, ils font également ressortir la caractéristique fondamentale des essences: leur pouvoir antibactériologique. Il est évident que la pureté des huiles essentielles qui seront utilisées en usage interne et externe doit être rigoureuse; malheureusement elle ne l'est pas toujours en parfumerie. C'est pourquoi les essences à but curatif doivent être obtenues, comme nous l'avons déjà vu, à partir de plantes exemptes de tout traitement chimique.

amené la compagnie Solarome inc. située à Saint-Narcisse, à distiller des plantes et des arbres du Québec sans engrais ni pesticides chimiques. Elle est donc la seule compagnie à être certifiée biologique au niveau de ses huiles essentielles au Québec.

L'action antiseptique qui, comme nous l'avons vu, est commune à toutes les plantes odorantes, n'a pas encore pu être expliquée scientifiquement, bien que les résultats obtenus soient extrêmement positifs. Pour lutter contre les agressions microbiennes, nous possédons aujourd'hui les antibiotiques ou autres médicaments similaires, or ces produits non seulement enrayent l'infection mais affaiblissent en même temps l'organisme qui, par la suite, aura des difficultés à re-



Les essences à but curatif doivent être obtenues à partir de plantes exemptes de traitement chimique.

C'est une des raisons qui a

créer son propre système de défense.

qu'une modification a eu lieu lors du processus d'extraction.

fréquence initiale, donc de provoquer la guérison.

On présume que les essences, après avoir été extraites de la plante par le processus de distillation, produisent elle aussi de la stimuline qui a une action curative. Cette hypothèse est basée sur une remarque olfactive. En effet, il est rare que l'odeur d'une plante vivante soit la même que celle de son extrait. Il est donc évident

Une autre explication plausible sur les vibrations rapides des corps et sur les études de Lakhowsky. Selon cette théorie, chaque organe aurait une longueur d'ondes déterminée. Une variation de fréquence de ces ondes entrainerait la maladie. L'essence aurait la possibilité de modifier ces variations et de redonner la

fréquence initiale, donc de provoquer la guérison.

Avec des explications comme celles-ci, la compagnie Solarome inc. a mis au point plusieurs produits à base d'huiles essentielles pouvant aider à soulager différents maux. Par exemple, les pommades, onguents, lait à massage, lotions aidant à la circulation, à la détente... ainsi que des tisanes obtenues par la distillation. En fait, il s'agit là de l'eau distillée qui a traversé les plantes aromatiques pour en entrainer l'huile essentielle. Elle est donc, à sa sortie du vase florentin, empreinte des vertus thérapeutiques de la plante. De là, l'idée d'en faire des tisanes aromatiques. De plus en plus de recherches se font dans le domaine. Nous entendons parler de l'action positive des huiles essentielles par tous les médias tant au niveau de son action curative - pensons au médicament pour le sida - que pour ses bienfaits dans le bain, lors d'un massage, etc.

Plus on en parlera, plus on apprendra à redécouvrir cette sensibilité à être en contact avec l'esprit vivant de ces huiles essentielles.

Au plaisir de vous rencontrer le 22 octobre au 81, 2e rang sud à Saint-Narcisse chez Solarome.

## Plein Champ



Produits naturels

Farine, mets cuisinés, fruits et légumes biologiques, céréales, noix, fruits secs, fines herbes, tisanes, aliments en vrac

### PRODUITS DE L'ARMOIRE AUX HERBES INC.

Produits Aroplantes

Linda Langevin, Renelle Boulianne

17330 E, boul. des Acadiens  
Saint-Grégoire, G0X 2T0 (819) 233-4085

Institut de recherche et d'enseignement en aromathérapie et médecines naturelles du Québec enr.

**Jean Dessureault**  
HOMÉOPHATIE  
A.D. M.D.

762, rue Thibault  
Cap-de-la-Madeleine (Québec)  
G8T 7A6  
(819) 373-6134

## FORFAITS SANTÉ OFFRE SPÉCIALE

Téléphonez nous dès maintenant!

- ORTHOTHÉRAPIE - CLINIQUE D'ESTHÉTIQUE
- KINÉSITHÉRAPIE - MASSOTHÉRAPIE
- APPAREIL VIBROSAUN - BRONZAGE
- HYPNOTHÉRAPIE - IRRIGATION DU COLON
- BAIN THÉRAPEUTIQUE



Clinique  
Massothérapie  
enr.

269, rue PLESSIS, NICOLET



Réjean Proulx

Réjean Proulx

et  
Jocelyne Demers  
THÉRAPEUTES  
SUR RENDEZ-VOUS  
(819) 293-2430

## PRODUITS NATURELS

- Produits naturels Suisse
- Jamieson
- Personnelle
- Lalco
- Adrien Gagnon
- Bio - Santé

## HOMÉOPHATIE

- Homeocan
- Dolisos
- Boiron

## AROMATOLOGIE

- Aro-plantes
- Solarôme

VOTRE  
PHARMACIE



**JEAN COUTU**

765, 6e Avenue Grand-Mère - 538-8606

## Concept Action Santé

# Pour une médecine positive

Récemment déménagé au 3920, Place Louis-Pinard, à Trois-Rivières, Concept Action Santé est vraiment l'image du dynamisme et de l'efficacité des médecines alternatives. Regroupant des spécialistes fortement expérimentés, ce centre de santé multi-services n'a qu'un seul objectif: amener les gens à prendre leur santé en main avec l'aide de méthodes naturelles qui ont fait leurs preuves.

«C'est une question de prévention. Dans la société actuelle, les gens sont stressés et vont trop vite. Ils ne prennent plus le temps de prendre soin d'eux. Souvent, ils s'aperçoivent trop tard de l'importance d'écouter leur corps», d'expliquer Mme Odette Boissonnault, propriétaire de Concept Action Santé.

Par contre, cette dernière estime qu'il y a un peu trop de faussetés qui se sont propagées au fil des ans concernant les médecines alternatives. «Ici, on n'offre pas de recettes miracles. Nous n'abordons pas non plus de sciences ésotériques qui ne veulent absolument rien dire. Nous voulons seulement aider les gens à faire un retour à la source afin qu'ils préviennent certaines maladies qui sont souvent attribuables à un mauvais style de vie», ajoute-t-elle, précisant que, pour ce faire, il fallait expressément communiquer massivement les connaissances des médecines alternatives à la population en général.

### Institut des médecines alternatives

Afin de faire connaître davantage les bienfaits des médecines alternatives, Concept Action Santé inaugure son propre Institut des médecines alternatives. Ce service formatif s'adresse à tous ceux qui veulent améliorer leurs connaissances dans le domaine ou même en faire une carrière.

«Sous la supervision pédagogique de M. Serge Roy, des professeurs hautement spécialisés partageront leurs connaissances avec les gens. Entre autres, l'institut pourra compter sur M. Guy Fontaine, qui abordera le fonctionnement du corps humain au niveau de sa mécanique, et M. Christian Drapeau,

qui lui sera en charge de la section masso-ortho-kiné.

De plus, un centre de documentation devrait bientôt voir le jour afin d'offrir la documentation nécessaire aux personnes désirant en connaître toujours plus sur les médecines alternatives», de préciser Mme Boissonnault, mentionnant que quatre disciplines avaient été jusqu'à présent confirmées: naturopathie, kinésithérapie, orthothérapie et la massothérapie. Éventuellement, des cours en homéopathie et en aromathérapie seront également dispensés.

De plus, pour ceux qui possèdent un esprit de recherche plus développé, Concept Action Santé offrira, dès cet automne, des cours favorisant la croissance personnelle. Entre autres, les sujets suivants seront abordés: «Pour mieux vivre ses émotions», «Les secrets du cœur» et «Reiki».

### Roland Lauzon de passage

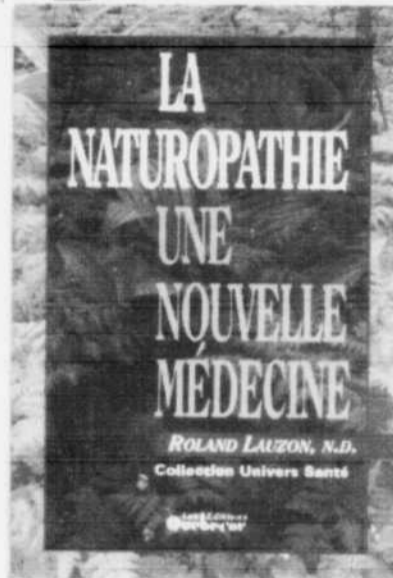
Pour souligner comme il se doit l'ouverture du nouveau Institut des médecines alternatives, Concept Action Santé recevra, le 24 octobre prochain, le naturopathe Roland Lauzon.

Auteur du livre «La naturopathie, une nouvelle médecine», M. Lauzon viendra expliquer les effets bénéfiques que peuvent avoir les médecines alternatives et les plantes médicinales sur la santé humaine. Sa conférence débutera à 19h30. C'est à ne pas manquer pour en connaître plus sur la naturopathie.

### Des services professionnels

Ainsi, l'équipe de Concept Action Santé est toute désignée pour remettre de l'ordre dans les organismes trop souvent négligés dans une société de surconsommation. Ces professionnels de la santé sont en mesure de vous indiquer la marche à suivre pour vous redonner une belle qualité de vie tout en vous prodiguant une série de soins des plus naturels.

**L'auteur Roland Lauzon sera le conférencier invité, le 24 octobre, lors du début officiel des activités de L'institut des médecines alternatives.**



En fait, quatre spécialistes permanents composent l'équipe de Concept Action Santé. Il s'agit d'Odette Boissonnault, naturopathe; Suzanne Loubert, irrigation colonique; Michel Boissonnault, myologiste et Louise Prince, orthothérapeute. Hebdomadairement, d'autres spécialistes viennent aussi offrir une kyrielle de services dont l'hygiène des pieds, la réflexologie, l'auriculothérapie, la relation d'aide, le massage de détente, l'aromathérapie et l'homéopathie. De plus, il est possible de se procurer des produits de santé haut de gamme qui vous aideront à faire connaissance avec la nature.

## AROMATOLOGIE HUILES ESSENTIELLES



## PLANTES

*Le spécialiste  
de  
l'aromathérapie*

- Huiles essentielles pures de qualité thérapeutique.
- Miels aromatiques
- Huiles de massage
- Pommades, crèmes
- Sels de bain
- Appareil microdiffuseur
- Formation, conférences, conseils

POUR INFORMATIONS: (819) 693-7333  
569, boul. Sainte-Madeleine

Le Laboratoire AROPLANTES  
Sainte-Marthe-du-Cap, G8T 9J8



### GILLES LANOUILLE ANDRÉ TREMBLAY

Pharmaciens

15, rue Fusey 378-2828

385, boul. Sainte-Madeleine 376-6333

701, rue Thibeau 378-4549

### CAP-DE-LA-MADELEINE

Produits aromathérapiques AROPLANTES

Produits homéopathiques HOMEOCAN

Autres produits naturels

## SolArôme

### PRODUITS NATURELS

- Cutarôme et arthoroflex
- Celluver (cellulite)
- Miel aromatique
- Huile à massage
- Lotions: pulmonaire, circulatoire, otite, détente, stimulante
- Diffuseur d'arômes
- Chandelles auriculaires (démonstration)
- Nouveaux produits
- Tisane aromatique
- Lait de massage



### PRODUITS NATURELS



### RENSEIGNEMENTS SUR LES HUILES ESSENTIELLES

#### PHARMACIE LUC BLAIS

250, rue Saint-Jacques  
Sainte-Thècle

289-3069

#### PHARMACIE OBONSOINS

1123, rue Sainte-Marguerite  
Trois-Rivières-Ouest

375-7353

#### FAMILI-PRIX

80, place 21-Mars  
Nicolet

293-2131

#### FAMILI-PRIX

181, rue Principale  
Saint-Boniface

535-3775

#### PHARMAPRIX LES RIVIÈRES

Centre commercial Les Rivières  
4125, boul. des Forges  
Trois-Rivières

375-1730

DÉMONSTRATION LE  
JEUDI 20 OCTOBRE 1994  
de 10h à 16h30

# L'acupuncture et l'énergie du corps

L'acupuncture est une science et un art qui vise à équilibrer l'énergie du corps. La technique de base consiste à introduire des aiguilles très fines à des endroits précis du corps humain dans le but de diriger l'énergie vitale, qui, d'après les Chinois, constitue l'élément essentiel de la santé d'un individu. En cas de maladie, l'organisme est déficient et ne fournit plus les substances nécessaires à son bon fonctionnement. La punture des différents points selon l'individu (selon la maladie) permet à l'organisme de produire les substances nécessaires à

son fonctionnement normal. L'une des grandes qualités de l'acupuncture est qu'elle considère l'être humain dans son entier, ne séparant pas le corps de l'esprit; c'est une médecine de l'homme dans toute son entité.

## EN QUOI CONSISTE UN TRAITEMENT D'ACUPUNCTURE

L'acupuncteur applique les aiguilles sur des points précis du corps humain. Ces points sont situés sur des lignes bilatérales que l'on nomme méridiens et qui cor-

respondent aux canaux d'énergie parcourant le corps. Les aiguilles appliquées sur ces points exercent une action thérapeutiques et ainsi un meilleur équilibre de l'énergie vitale. Chacun de ces points a un effet sur un organe ou une fonction déterminée de l'organisme et agit sur un ensemble de symptômes variés. Donc, l'acupuncture peut être préventive et curative selon le cas. En prévention, elle renforce l'organisme en l'armant contre les maladies autant physiques que psychiques. En cure, elle permet de rétablir l'équilibre de l'organisme en régularisant le métabolisme, en améliorant la respiration, la digestion, l'élimination et la concentration. De plus, en assurant un meilleur fonctionnement de tous les organes, tout le système vital se trouve amélioré.

Parfois l'acupuncture utilise une herbe appelée armoise pour certains traitements. On parle alors de moxibustion. En outre, depuis quelques années, l'utilisation de la stimulation électrique des aiguilles peut apporter un complément au traitement d'acupuncture. Ce procédé est non douloureux.

## LES AIGUILLES D'ACUPUNCTURE

Ce sont de très fines aiguilles en acier avec un manche en laiton ou en cuivre. Leur longueur varie d'un demi à quelques pouces. Puisque ces aiguilles sont pleines et non pas creuses, aucun liquide, n'est injecté dans la peau.

## QUE PEUT-ON TRAITER PAR ACUPUNCTURE?

L'acupuncture exerce une action préventive et curative sur les systèmes nerveux, circulatoires, hormonal, osseux et musculaire.

## Homéopathie

# Un mode thérapeutique familial plus humain

L'homéopathie a été créée en 1796 par le médecin allemand Samuel Hahnemann. L'homéopathie est un mode thérapeutique qui consiste à donner à un individu malade, à doses infinitésimales, une substance qui administrée à un sujet sain provoquera chez ce sujet sain des symptômes identiques à ceux présentés par un sujet malade.

L'homéopathie agit à partir de

substances naturelles de souche végétale, minérale, animale ou organique. Ces substances peuvent être administrées sous forme de gouttes ou de granules en doses infiniment petites c'est-à-dire diluées en mesure décimale ou centésimale selon les besoins. Par exemple, citons le remède IPECA utilisé en médecine. Ce remède provoquera chez un sujet sain des nausées, des toux allant

jusqu'au vomissement tandis que ce même remède utilisé en dilution homéopathique chez un sujet malade aura pour effet de régulariser ces mêmes symptômes. De la même façon, chez un individu sain piqué par une abeille présentant une inflammation rouge douloureuse donnant une impression de brûlure; cette agression et les symptômes l'accompagnant pourront être soulagés par une dilution homéopathique de ce même venin d'abeille.

Il est donc indispensable à l'homéopathie de connaître l'action de différentes substances chez l'homme sain. Certaines manifestations sont susceptibles chez l'homme malade de faire disparaître les manifestations analogues d'où la loi de la similitude. C'est là le lien organique qui unit tous les homéopathes. Cette loi est absolue. Pour nous tous, elle est fondamentale. Sans elle, il ne saurait y avoir d'homéopathie.

L'aspect scientifique de la doctri-

ne homéopathique ne souffre d'aucune approximation; si la similitude est trouvée, elle agira vite et bien ce qui résultera en guérison. Par contre, si le remède n'est pas similaire aux manifestations observées chez le malade, il y aura une atténuation passagère ou une correction de quelques symptômes.

La rigueur de la recherche de la similitude est la clé de la guérison définitive de différentes manifestations du corps. Pour atteindre cette loi de similitude l'homéopathe se doit de respecter les règles d'évolution des tempéraments et de tenir compte des différents blocages vécus ou ressentis par un individu tant sur un plan physique que psychologique.

Il est aussi nécessaire lors de traitements d'utiliser différentes techniques de drainage exemple: aromathérapie ou phytothérapie pour éviter dans certains cas des aggravations de symptômes préjudiciables au malade. L'étude des classifications, des constitutions et des tempéraments nous permet de mieux comprendre le malade, de mieux aborder la maladie et d'en prévoir l'évolution.

Saviez-vous que l'homéopathie peut s'avérer fortement utile dans la plupart des troubles respiratoires chez les enfants et les adultes tels que l'asthme, la bronchite, la laryngite, etc.

Durant les deux dernières années, au delà de 80% de la population québécoise a eu recours à la médecine homéopathique au moins une fois... La conscience de plus en plus grandissante de la population face aux effets secondaires des antibiotiques sur l'organisme oblige cette même population à avoir recours à une médecine plus humaine en harmonie pour l'être tout entier.

En plus, l'homéopathie a des résultats spectaculaires face aux problèmes d'otite, amygdalite, troubles digestifs et bien d'autres retrouvés chez notre population.

**CLINIQUE D'ACUPUNCTURE CHINOISE**  
**JEAN DANG, D.AC.**  
B.A., B.Sc., B.Ph., L.Ph.N.D., DR AC. PH.D  
INSCRIT AU REGISTRE DES ACUPUNCTEURS DE LA CORPORATION PROFESSIONNELLE DES MÉDECINS DU QUÉBEC



OUVERT TOUS LES JOURS À TROIS-RIVIÈRES  
Pour rendez-vous à Grand-Mère, Shawinigan ou ailleurs, composez le 379-1525

**1066, rue Champflour, TOUS LES JOURS**  
**TROIS-RIVIÈRES - 379-1525**

**ACUPUNCTURE**  
835, des Récollets, bureau 302  
Trois-Rivières



**Sylvie Maisonneuve**  
Tél. : 691-2013

Membre de l'A.A.Q.

**針灸** **CLINIQUE D'ACUPUNCTURE**  
**Sylvie Adam**



- Inscrite au registre des acupuncteurs de la Corporation professionnelle des médecins du Québec
- Diplômée du Ministère de l'enseignement supérieur et de la science en acupuncture traditionnelle chinoise.

- Aiguilles stérilisées jetables**
- Assurances acceptées/CSST/SAAQ**

601, Place Ouellet  
St-Louis-de-France  
G8T 8T8

Sur rendez-vous  
**379-3236**

**CLINIQUE D'ACUPUNCTURE**  
**Lise Tousignant**  
B.A., M.Sc., M.D.T.C.M.  
Reconnue par la Corporation professionnelle des médecins du Québec.



**1235, boul. Saint-Louis, Trois-Rivières**  
**379-8960**

**CLINIQUE D'ACUPUNCTURE de Trois-Rivières-Ouest**

(Cabinet professionnel de médecine holistique et traditionnelle chinoise)  
**JEAN-CLAUDE BELLERIVE, D.AC, CPSY, BA**

- Membre de l'Institut de pharmacopée chinoise
- Membre de l'Association de médecine holistique du Québec
- Acupuncteur inscrit au registre des acupuncteurs de la Corporation professionnelle des médecins du Québec.

**ACUPUNCTURE ET HERBOLOGIE**  
7355, Hector-Héroux, Trois-Rivières (819) 378-0675

## L'orthothérapie

# Pour soulager les douleurs musculaires

L'orthothérapie est une profession nouvelle; elle vise à soulager les douleurs musculaires et les raideurs articulaires souvent dues à des défauts de postures, à des gestes brusques, à des chutes, coups, accidents et même au manque d'activités physiques.

L'orthothérapie fait partie des médecines douces; elle occupe une place prépondérante dans l'éventail des techniques directes car elle n'est pas violente et la contribution des appareils est réduite au mini-

mum.

Par l'orthothérapie, on traite les douleurs, mais on ne guérit pas les maladies organiques: ceci n'est pas de sa compétence.

Assouplir, aligner, détordre, despasmer, détasser, détendre, c'est ça le travail. D'abord, le massage lent, profond sédatif, puis les autres techniques, la kinésithérapie, les exercices à l'espalier, le banc suédois et enfin la mécanothérapie.

À l'aide de ces techniques, l'orthothérapeute pourra favori-

ser l'augmentation de la chaleur et de la circulation sanguine, assouplir la musculature, chasser les toxines et rétablir le bien-être.

Il est reconnu qu'aucune machine ne peut remplacer une main experte guidée par un esprit alerte et une sensibilité sans cesse en éveil.

### L'ORTHOTHÉRAPIE TRAITE LES DOULEURS MUSCULAIRES

L'orthothérapeute n'est pas un médecin; il ne guérit pas les

maladies. Il traite les douleurs musculaires et les raideurs articulaires. En d'autres mots, l'orthothérapeute s'occupe de la carrosserie et non du moteur.

L'orthothérapeute ne craque pas la colonne vertébrale; pour traiter efficacement le squelette, il a recours à la kinésithérapie, aux postures et aux exercices correctifs.

fié droit. Le nom vient du Dr Arthur Michele de New York pour désigner un traitement de redressement pour combattre le déséquilibre musculaire chez les enfants.

Les techniques additionnelles pour les adultes nous viennent pour la plupart du Dr André de Sambucy et du Dr A. Pécunia, tous deux de Paris.

(Source: l'Ordre des orthothérapeutes A.M.S.)

### LES ORIGINES

Orthothérapie tire ses origines du grec «orthos» qui signi-



## LA POLARITÉ

On consulte un thérapeute en polarité pour:

- harmoniser l'énergie du corps
- le balancement des chakras
- le nettoyage des émotions
- soulager des douleurs physiques

La polarité est une approche très intéressante qui vise la libération des douleurs enfouies et la réharmonisation du corps. Chaque stress physiques ou émotif est inscrit dans notre corps et entrave sa vitalité. Le corps s'est tellement fermé qu'il s'est construit une cuirasse. Le cœur, les émotions, les énergies y sont enfermés.

La polarité aide à défaire les blocages qui se sont formés; pour redonner au corps sa pleine harmonie, retrouver son équilibre et se défaire de ces douleurs qui rongent notre bonheur.



JACQUES DUPRAS

### CLINIQUE D'ORTHOTHÉRAPIE JACQUES DUPRAS

Orthothérapie • phytothérapeute

- Douleurs musculaires • Raideurs articulaires
- Cure de nettoyage

Est-ce le temps pour une cure de nettoyage?

9435, boul. des Forges, Trois-Rivières  
Sur rendez-vous: 378-8303



### Clinique Ortho-Santé

496, chemin Sainte-Marguerite, Pointe-du-Lac

- Maux de dos
- Problèmes musculaires
- Massage relaxation
- Produits naturels
- Cellulite
- Enveloppement du corps d'algues et de boue
- Bain thermomasseur
- Électropuncture

Sur rendez-vous: 377-0828

Danielle Fontaine-Francoeur  
Orthothérapeute # 93-1038/Naturothérapeute # 1410

# Aïe !

Les troubles mécaniques de votre corps peuvent causer des raideurs, des douleurs, et même des spasmes souvent très désagréables.

L'orthothérapie est un traitement professionnel qui s'attaque directement aux racines du mal.

Téléphonez dès maintenant pour obtenir un rendez-vous.

### CLINIQUE DE MASSOTHÉRAPIE G.L. enr.

Gilles Leblanc, massothérapeute

2705, boul. des Forges

Trois-Rivières

Tél. : 373-6181

MEMBRE DE  
L'Ordre des  
Orthothérapeutes



### DANIELLE B. BRUNELLE

• Orthothérapeute • Naturothérapeute

- Membre de l'Ordre des orthothérapeutes A.M.S. du Canada inc.
- Membre de l'Ordre des naturothérapeutes du Québec inc. (Fondé depuis 1954) (adhésion le 13 décembre 1991).
- Membre de l'Association nationale de réflexologie du Québec.

- ORTHOTHÉRAPIE
- MASSOTHÉRAPIE
- RÉFLEXOLOGIE
- IRIDOLOGIE
- KINÉSITHÉRAPIE
- PHYTOTHÉRAPIE
- HYGIÈNE DE L'OREILLE
- NATUROTHÉRAPIE

Sur rendez-vous :  
(819) 377-5243

150, rue Julien-Proulx  
Pointe-du-Lac, G0X 1Z0

Membre de :

L'Ordre des  
Orthothérapeutes

A.M.S. inc.

## TOUT PASSE PAR LE DOS!

### LA PRÉVENTION S'IMPOSE ET DES SOLUTIONS EXISTENT

Un traitement normal d'orthothérapie dure en moyenne une heure et quart au cours de laquelle l'orthothérapeute écoute, questionne, puis traite.

MASSAGE THÉRAPEUTIQUE • DOULEURS MUSCULAIRES • RÉFLEXOLOGIE  
• SOINS CELLULITE • HYDROTHERAPIE • ALGOTHÉRAPIE • BOUE DE  
TOURBE • MASSAGE DE RELAXATION • ANTI-STRESS

### Renée Baril

Orthothérapeute A.M.S.  
Réflexologue, infirmière

SUR RENDEZ-VOUS

TÉL.: (819) 536-4958

Régime d'assurance accepté et référence médicale.

Clinique  
Ortho-Vie enr.

455, 120e Rue  
Shawinigan-Sud, (Québec) G9P 3J8

MEMBRE DE  
L'Ordre des  
Orthothérapeutes

## La massothérapie Le divin plaisir d'être touché

Le massage est un merveilleux moyen pour évacuer l'excès de stress et réduire certaines douleurs physiques (migraine, douleurs musculaires, entre autres). Il y a également un rôle psychothérapeutique car il aide à reprendre contact avec sa nature profonde et à résoudre ses conflits intérieurs.

Le massage suédois constitue une thérapie idéale pour soulager le mal de dos; car 80 à 90% des douleurs du dos sont provoqués par les muscles tendus ou fatigués.

Il favorise l'ouverture d'esprit et

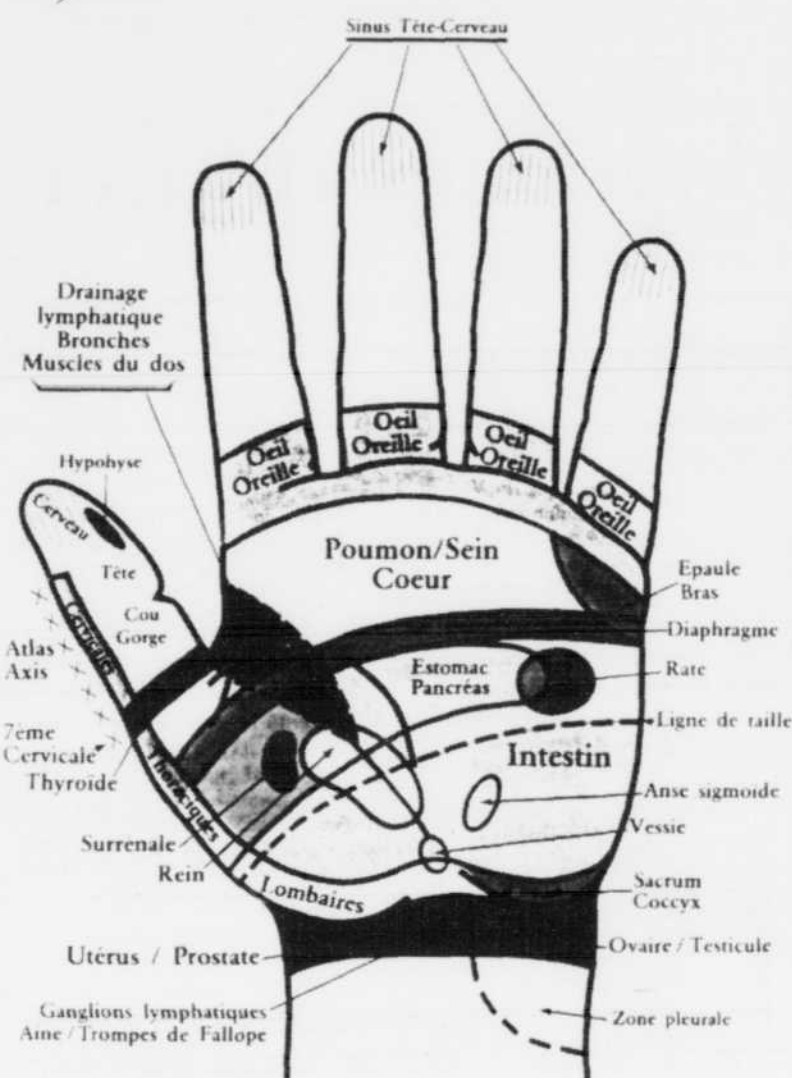
la résistance au stress que nous avons beaucoup besoin.

Le massage a un effet apaisant et facilite le sommeil. Il favorise l'élimination du stress et permet un meilleur équilibre énergétique du corps tout entier.

Se faire masser, c'est prendre les moyens pour être bien avec soi-même.

Un moment de repos pour penser à soi-même, apporte une paix intérieure que l'on recherche tous.

Le pur plaisir d'être touché en dehors de toute contrainte affective, un cadeau de la vie.



Main gauche-paume

## La réflexologie des mains

La réflexologie, cette thérapie connue pour son efficacité est surtout pratiquée en pressant les points réflexes des pieds.

Il semble que l'on s'intéresse de plus en plus aujourd'hui à utiliser la réflexologie des mains. Elle est recommandée pour travailler sur soi-même et surtout lorsqu'un pied est blessé ou très sensible. Il est excellent de travailler les points réflexes de ses propres mains parce qu'ils sont accessibles.

La théorie est la même que pour le pied: la main représente la moitié droite du corps; la main gauche, la moitié gauche du corps. Les doigts représentent les cinq zones comme les orteils pour les pieds.

Il est évident que la main est anatomiquement différente du pied, aussi les zones réflexes sont plus concentrées sur la paume de la main que sur la plante des pieds.

Il est à signaler que la réflexologie des mains obtient d'excellents résultats en travaillant les zones réflexes qui correspondent au dos, au système lymphatique, au sinus, au thorax, au cou, aux épaules et aux poumons.

Rappelons que le réflexologue reconnu perçoit le corps comme un tout et travaille sur tous les points réflexes des mains et des pieds afin d'aider le corps à retrouver et à maintenir un état de santé optimal.

Jeanne d'Arc T. Allyson r.d.



### Clinique Le Centre de l'Énergie

François Jutras  
Massothérapeute

SERVICES OFFERTS: ● Massothérapie ● Polarité  
● Relation d'aide et d'écoute  
88, place 21-Mars, Nicolet 293-8334

### ÉCOLE DES MÉDECINES DOUCES



Formation en relation d'aide  
Formation en massothérapie  
Formation en hypnothérapie  
Cours en croissance personnelle

#### INITIATION AU MASSAGE

20 heures, début le 1er novembre

#### RÉFLEXOLOGIE

20 heures, début le 2 novembre

Reiki, niveau I, 22 octobre

Reiki, niveau II, 11 novembre

#### CONFÉRENCE DU MOIS

«Les Illusions du Nouvel Âge»  
Conférencier: MARCEL MARTINEAU  
30 octobre à 19h30  
Coût: 18\$ - Prévente: 12\$

#### SERVICES OFFERTS

- Massage professionnel 28\$
- Consultation, relation d'aide 15\$

#### «HUMOUR ET CROISSANCE» (atelier)

Cet atelier génère de la joie, de l'enthousiasme à chaque participant désireux s'impliquer dans une démarche de croissance axée sur le plaisir et la découverte de soi.

MONIQUE LAMBERT

QUAND? Libre tous les jeudis de 19h à 22h. COÛT: 20\$

950, rue Royale  
Trois-Rivières

379-7252

### CLINIQUE DE MASSOTHÉRAPIE SANTÉ

Pour sportifs et gens actifs



- ☛ Spécialiste dans les blessures sportives.
- ☛ Kinésithérapie, chandelles auriculaires.
- ☛ Massages sportif, thérapeutique et relaxation.
- ☛ Distributeur de produits naturels.

Plans d'assurances acceptés.

NATHALIE MARCOTTE

B.S.C., n.d.

975, DE L'ESPÉRANTO, TROIS-RIVIÈRES (819) 378-2187



#### LES TECHNIQUES OFFERTES SONT:

- 1) Suédois
- 2) Polarité
- 3) Réflexologie
- 4) Auriculothérapie
- 5) Reiki
- 6) Digito-électro-acupuncture
- 7) Massage relaxation pour enfants

### Centre de massothérapie ÉMERAUDE



Denise Lavergne  
Diplômée de la FQMM



Johanne Martel  
Diplômée de la FQMM



Cécile Parent  
Diplômée de la FQMM



Alain Beaudry  
Diplômé de la FQMM

Carte de soins (à prix très avantageux)  
Certificat cadeau (en tout temps)

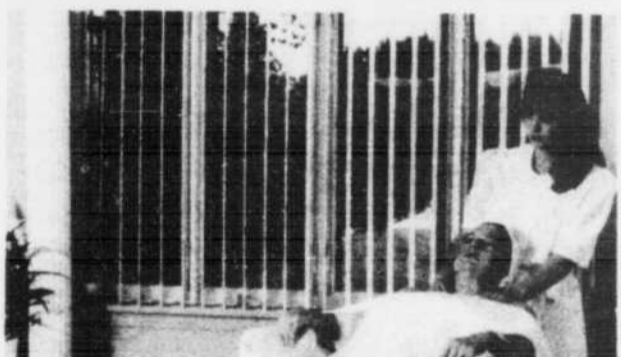
REÇU D'ASSURANCE  
disponible sur demande

COURS ET ATELIERS DE MASSAGE  
offerts de septembre à juin au  
Centre de massothérapie Émeraude.  
379-3068 - 233-2440

5396, boul. Jean-XXIII, bureau 102, Trois-Rivières-Ouest - 378-8223

# La station santé

# Le Baluchon



## La santé au naturel

Redécouvrez la détente et la quiétude d'un site naturel incomparable.

Nous vous proposons des installations des plus modernes: salle d'eau, salle pour massages sous douche à affusion, bains thérapeutiques, enveloppement d'algues et soins esthétiques. Le tout offert à l'intérieur de forfaits pour une journée ou d'un forfait incluant hébergement et repas-santé.



**VENEZ FAIRE LE PLEIN DE SANTÉ, LE PLEIN DE NATURE!**

### FORFAIT QUOTIDIEN SANTÉ

Spécial

## AUTOMNE-HIVER



- Massage
- Bain thérapeutique ou pressothérapie
- Dîner santé
- Pause tisane, fruits et noix
- Peignoir
- Salle d'eau avec tourbillon et sauna
- Salle de relaxation
- Activités plein air

SPÉCIAL

**69\$** taxes en sus

### FORFAIT SÉJOUR SANTÉ

Spécial

## AUTOMNE-HIVER

- Hébergement pour une nuit
- Souper gastronomique de 5 services
- Déjeuner
- Dîner santé
- Pause tisane, fruits et noix
- Bain thérapeutique ou pressothérapie
- Massage
- Peignoir
- Salle d'eau avec tourbillon et sauna
- Salle de relaxation
- Activités plein air



SPÉCIAL

**165\$**  
par personne  
Occupation double, taxes en sus.

**Gala**  
de l'entreprise

MRC de Maskinongé  
1990 - Entreprise de service  
1992 - Effort marketing

DE NATURE  
À VOUS  
séduire!



**Le Baluchon**  
STATION TOURISTIQUE

3550, chemin des Trembles  
Saint-Paulin (Québec)  
J0K 3G0  
(819) 268-2555  
Télécopieur: (819) 268-5234



1993 L'INNOVATION TOURISTIQUE  
1992 L'EXCELLENCE TOURISTIQUE  
1993 LA PROMOTION TOURISTIQUE  
1994 GASTRONOMIE



Faites plaisir à coup sûr avec les certificats-cadeaux du Baluchon.



Faites plaisir à coup sûr avec les certificats-cadeaux du Baluchon.

## Le yoga

# Une discipline mal connue...

Le yoga est originaire des Indes.

C'est un enseignement, une discipline de maîtrise mentale. Il n'est ni une religion, ni une doctrine, et le pratiquer n'exige en rien l'adhésion à une philosophie particulière. Le yoga peut nous apporter beaucoup.

**LE YOGA ET LE CORPS:** par des exercices psychosomatiques, une plus grande relaxation, un système nerveux apaisé, une meilleure énergie sans négliger l'assouplissement

corporel.

**LE YOGA ET LA RESPIRATION:** prendre conscience de son souffle, l'allonger et contrôler l'expiration, source de décontraction et de réel abandon.

**LE YOGA ET LA PAIX DE L'ESPRIT:** une harmonie est créée entre le corps et le souffle. Cette fluidité libère, calme l'esprit, le mental devient clair et cet état de grande paix est fa-

vorable pour la méditation.

**L'APPROCHE VINIYOGA:** respecte le besoin et le potentiel de chacun. Il convient à tous: enfants, adolescents, adultes et personnes âgées. Une pratique bien adaptée sera d'une très grande efficacité dans les cas de tension extrême, d'insomnie, de dépression, de migraines, d'asthme, etc.

L'apprentissage du yoga est progressif et doit être entrepris idéalement avec l'aide d'un professeur qui assurera une juste évolution.

Hélène Rivard

Centre Viniyoga de la Mauricie

## MAGNÉTISME

La plus vieille médecine et la médecine de l'avenir. Vous possédez tous les pouvoirs du magnétisme? Vous aimeriez l'activer? L'utiliser? Imposer les mains?

Un cours vous est offert par l'IQUARM (Institut québécois d'enseignement d'application et de recherche en magnétisme) à raison d'un soir par semaine pendant 20 semaines pour une durée de deux ans.

Théorie et pratique: obtention d'un diplôme de praticien en magnétisme et possibilité d'être membre de l'AQPM (Association québécoise des praticiens en magnétisme).

□ Découvrez ce que vous pouvez faire avec vos mains, votre regard, votre souffle, votre pensée, votre rayonnement en présence ou à distance.

□ Connaissez l'influence que vous avez et apprenez à développer votre magnétisme en comprenant le monde de l'énergie, les protections, les symboles, etc. Devenez un être humain «plus» sur les plans physique, intellectuel, psychique, spirituel.

Pour renseignements, Johanne: 377-4000 (20 rencontres les mercredis soir, à Trois-Rivières)

Professeurs:  
**Réjean Déziel**  
**et Suzanne Fiset**



Ordre  
des infirmières  
et infirmiers  
du Québec

**Renée Houde infirmière**  
Soins des pieds et réflexologie

**Sur rendez-vous**  
42A, Saint-Henri  
Cap-de-la-Madeleine  
Tél.: (819)376-8903

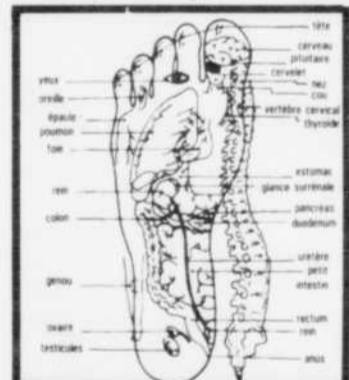
Coupe et amincissement d'ongles,  
soin des ongles incarnés, des  
callosités et des cors, etc.

Service à domicile si désiré

### PRIMEUR

Mini vibreur pour massage acupression  
**CLINIQUE ANDRÉ HÉBERT INC.**  
557, 4e RUE, SHAWINIGAN  
(819) 537-3461

SERVICES OFFERTS: Orthothérapie • Massothérapie • Réflexologie  
• Pédicure • Bronzage • Produits Lifestyles



## YOGA

**ATELIER**  
concentration méditation

samedi le 19 novembre 1994  
de 13h00 à 17h00.

"La flamme de l'attention est présente en chacun de nous. Comment laisser celle-ci émerger et se fixer".

SÉANCES DE YOGA

TECHNIQUES DE CONCENTRATION

TECHNIQUES DE MÉDITATION

2 professeurs diplômés du Centre Canadien de Yoga, pour vous guider dans cette expérience.

Hélène Rivard et Hélène Arseneault  
inscription dès maintenant  
par téléphone.

places limitées coût: 35\$



CENTRE  
VINIYOGA  
DE LA MAURICIE

1220 Jean Nicolet  
suite 110

Trois-rivières

tél: 691-2246



Page couverture:  
Normand Aubry  
Recherche publicitaire:  
Lise Milette  
Mise en page  
Martine Devault  
Responsables des  
cahiers spéciaux  
Ginette Panneton  
Marc Pronovost-376-2501

## Clinique en soins de pieds



GINETTE PROVENCHER  
Infirmière



- Examen des pieds
- Coupe et soin des ongles
- Ongles incarnés
- Callosités
- Durillons
- Cors
- Massage des pieds

Membres de l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec  
Membres de l'Association des infirmières et infirmiers en soins de pieds du Québec

1652, rue Royale, bureau 4,  
Trois-Rivières  
Pour rendez-vous :  
(819) 375-0939



LOLA MARTIN  
Infirmière

**INSTITUT  
D'INTERVENTION  
EN  
P.N.L.**  
pour une  
thérapie efficace  
Pour rendez-vous  
**693-1197**

## Écoles et formation

Signe des temps, signe d'une ère nouvelle... De nouvelles techniques de santé s'instaurent et prennent une place de plus en plus importante auprès des gens en recherchant d'harmonie. Selon des études menées en 1988, par le ministère de la Santé du Québec, plus de 28% de la population a recouru aux alternatives de la santé.

Ces nouvelles approches de santé, douces ou holistiques, abordent l'humain dans sa globalité. Le corps, les émotions, l'esprit, l'âme ainsi que les influences reçues par l'environnement et la société entrent en ligne dans la majorité de ces nouvelles techniques visant à améliorer la qualité de vie.

Cependant, bien que certaines pratiques soient millénaires, il est important que leur transmission s'accomplisse avec professionnalisme. Autrefois à la solde des États-Unis et de l'Europe, le Québec compte aujourd'hui d'excellentes écoles s'enseignant théorie et pratique en différentes approches de santé. Les praticiens ainsi formés

exercent leur art avec sérieux et compétence.

### Les candidats

Les candidat(e)s à la formation professionnelle dans différentes approches de santé doivent avoir au départ le goût d'apprendre, être sensibilisé à ce genre d'approches et se poser certaines questions avant d'orienter leur choix. Aiment-ils travailler en groupe? Préfèrent-ils un travail mental ou physique? Ici comme ailleurs, il est essentiel de réfléchir son orientation avec sérieux.

L'apprentissage d'une technique est souvent longue et exigeante et doit être prise tout aussi à coeur que n'importe quelle autre formation devant déboucher sur un travail. Par exemple, la massothérapie exige une bonne endurance physique, de l'aisance à accepter les différents corps à manipuler. C'est un métier exigeant qui demande beaucoup d'énergie. Il faut en tenir compte.

Pour en savoir plus, certaines

écoles offrent des ateliers d'initiation qui ouvrent la porte à une première rencontre. Cette façon de procéder permet aux étudiants potentiels de se familiariser avec la technique et ainsi choisir judicieusement d'investir ou non dans une telle formation.

### Choisir une école

Il est nécessaire de bien «magasiner» avant d'arrêter son choix sur une école ou des ateliers de formation. Une approche sérieuse demande temps et investissement. Renseignez-vous auprès de thérapeutes compétents ou consultez des amis qui ont eu recours à des services professionnels.

Une autre façon de faire est de vérifier auprès des associations ou de regroupements professionnels des praticiens de différentes formations. C'est là une excellente manière de vérifier le sérieux de l'organisation et celui de la formation dispensée pour atteindre le professionnalisme requis à l'exercice de cette profession.

## LES BONNES GÂTERIES

À chaque fois, c'est la même histoire. On aimerait bien se payer un petit dessert, une petite gâterie quoi, mais tout à coup les remords éclipsent notre envie. On songe à notre cholestérol. On voit les chiffres de notre pèse personne monter et monter. Et notre hypoglycémie, elle?

Afin d'atténuer cet éternel dilemme lorsque vient le moment de manger une petite gâterie deux jeunes femmes d'affaires de la région ont uni leurs efforts pour concocter des desserts et des collations qui respectent les principes d'une saine alimentation. Ce sont Mme Guylaine Doucet, diététiste, et Suzanne Angel, diplômée en administration.

Impossible de faire ça, direz-vous. Mais en y pensant bien, c'est réalisable. «Nous offrons des galettes et des muffins à base de farine de blé et d'huile de canola, sans aucun colorant. Notre objectif c'est d'offrir des pâtisseries

nutritives non seulement aux personnes aux prises avec des problèmes d'embonpoint, d'hypoglycémie ou de diabète, mais également à tous ceux qui ont à coeur leur alimentation,» d'expliquer Mme Doucet indiquant qu'il y a plusieurs points de vente en région.

À Grand-Mère, on en retrouve au dépanneur Le complexe, au marché Julien et Huard et à la Boucherie Robert de Sainte-Flore. À Shawinigan, il y en a au Select-O-Fruits, au Marché public et au métro Les Promenades. À Shawinigan-sud, les Bonnes Gâteries sont à la Boucherie Diamond et chez IGA. Enfin à Trois-Rivières-Ouest chez le Potager en vrac.

Les Bonnes Gâteries, depuis deux ans en activité, desservent également plusieurs centres hospitaliers ainsi que des centres d'accueil. Et c'est également excellent pour la collation des enfants.

### CENTRE DE SANTÉ

Pauline Sagnon



Au coeur du centre-ville un concept exclusif orienté vers la santé, le développement personnel et le mieux-être.

- Centre professionnel de formation en médecine alternative.
- Centre de consultation et de vente de produits naturels.
- Centre de mieux-être pour consultations et thérapies individuelles.

466A, Bonaventure  
Trois-Rivières

Tél. : (819) 374-1651  
Fax : (819) 371-2430

### POUR UNE PRATIQUE DENTAIRE SANS MERCURE centrée sur la santé



MARK BONNER d.m.d.  
Chirurgien dentiste

Centre de santé dentaire  
5775, boul. Jean-XXIII, Trois-Rivières-Ouest  
Tél.: (819) 691-1343



GÂTEAUX - BISCUITS - GALETTES - MUFFINS

★  
SAINS... NUTRITIFS...  
ET DÉLICIEUX

445 - 5e AVENUE, LOCAL SS20  
GRAND-MÈRE, Qc  
G9T 2M3  
TÉL.: BUREAU (819) 533-3416 - RÉS.: 538-5132



100, Lac des Neiges  
Sainte-Flore de  
Grand-Mère, G9T 5K5  
(819) 533-4518  
Fax: (819) 533-4727  
1-800-267-4518

UN RENDEZ-VOUS  
POUR RETROUVER  
L'HARMONIE...  
EN SOI

Une vie de château où l'on vous offre la distinction que vous recherchez pour des vacances-santé inoubliables.

Contact intime avec la nature, variété de services de détente, choix étendu de loisirs et d'ateliers, le tout adapté à des horaires flexibles et des forfaits personnalisés.

### FORFAIT MIEUX-ÊTRE

- Hébergement.
  - 3 repas et collection
  - Un massage ou un sablage corporel
- Activités: piscine intérieure, sauna, salle d'entraînement, canots, tennis, vélo de montagne et ateliers.

Occupation double 145\$/pers./jour

# CENTRE DE SANTÉ MULTIDISCIPLINAIRE



## PRODUITS DE SANTÉ NATURELS

« Des outils pour garder ou obtenir une qualité de vie supérieure »

555, d'Auvergne, Longueuil, Qc, J4H 2N4  
Ligne Info-Santé: 1-800-363-3004

## JIN SHIN DO ACUPRESSION

Barbara Wheeler

Synthèse entre la méthode orientale de balancement de l'énergie, la psychologie orientale et diverses techniques psychocorporelles



méthode orientale l'énergie, la psychologie orientale et diverses techniques psychocorporelles



## LABORATOIRE DU FROID

R. BONTEMPS LTÉE

(CRYOLAB CANADA)

VITALIUM - MICROCEPTEURS - CRYOCID - CRYOS  
MICROCEPTEURS

Extraits Embryonnaires Bovins Suisses



Louise Ricard, INF. - TAA.

Infirmière

Thérapeute en Relation d'Aide.

Thérapie individuelle.

Approche non-directive créatrice

« Le corps est comme un jardin dont il faut s'occuper si l'on veut obtenir des résultats valorisants. C'est dans ce sens que l'on doit considérer la naturopathie: comme une médecine de terrain. Elle vous amène à vous occuper de votre organisme afin de prévenir la maladie plutôt que de la combattre! ».



Edette Boissonault, n.d.  
Naturopathe

### Initiation:

- Végétarisme I et II
- Combinaisons alimentaires / équilibre acide-alcalin
- Mouvements / Respiration
- Réanimation cardio-vasculaire
- Bienfaits du trampoline

### Services offerts:

*"En association avec d'autres spécialistes"*

- Hygiène des pieds
- Réflexologie
- Auriculothérapie
- Psychologie, relation d'aide
- Massage de détente
- Aromathérapie
- Homéopathie
- Distribution de produits de santé haut-de-gamme



Suzanne Lambert,  
Irrigation colonique

### Mémo:

- Dépliants explicatifs disponibles sur les différentes disciplines et activités offertes au Centre.
- Conférences sur différents thèmes.
- Service de location:
  - Livres
  - Cassettes audio-visuelles.



### Institut des médecines alternatives:

#### Formation:

- Naturopathie
- Kinésithérapie
- Homéopathie
- Massothérapie
- Orthothérapie
- Aromathérapie

*Pour ceux qui veulent améliorer leurs connaissances et en faire une carrière.*



Louise Prince,  
Orthothérapeute



Michel Boissonault,  
Myologiste

« Si vous avez un point de douleur qui ne cesse de s'exclamer! Point d'interrogation. Point d'hésitation. Une consultation devenir le point final à vos douleurs musculaires! ».

« La myologie est une technique de massages vigoureux, particulièrement recommandée à tous ceux qui doivent fournir des efforts constants. Elle convient parfaitement aux sportifs, aux travailleurs de la construction... L'effort vous fait souffrir? Alors, c'est qu'il est temps de me consulter! ».

À l'occasion de l'inauguration de nos nouveaux locaux, nous vous convions à deux activités majeures:

**Journée portes-ouvertes**  
le samedi 22 octobre 1994, de 12h à 16h

**Conférence de M. ROLAND LAUZON**  
le 24 octobre (places limitées, sur réservation)

3920, rue Louis-Pinard, Trois-Rivières, G8Y 4L9. Téléphone: (819) 691-1077