

## PORTRAITS D'ENTREPRENEUR-ES – VIRGINIE FOUGERE (ESCALE BIEN-ÊTRE)

### Des massages thérapeutiques

Virginie Fougère dégage une sérénité impressionnante. Zen, calme, à l'écoute, elle met en confiance la personne qu'elle reçoit. Et à l'issue de ses séances, ses patients ressortent de son cabinet parfaitement détendus. Cette praticienne en massage bien-être (ayurvédique, tibétain, californien, réflexologie plantaire...) sur Montauban et Lafrançaise\* est une adepte de la méthode douce. « *Je propose un soin agréable, dans un cadre feutré, accompagné d'une musique reposante* », précise-t-elle. « *Cette ambiance est propice à la relaxation. Il faut faire attention à la pression que l'on met sur le corps. S'il y a douleur, on va tendre et créer dans les couches les plus profondes de nouvelles blessures au lieu de les faire sortir.* »

Le massage de bien-être n'est pas considéré comme un soin thérapeutique, mais Virginie prouve dans sa pratique de son bienfait. « *Avec certaines personnes qui ont des problèmes psychologiques ou organiques, j'ai constaté des effets.* »

Avec son ressenti singulier et son expérience – elle masse depuis dix ans -, elle sait diriger l'énergie aux endroits adéquats. Elle effectue un travail sur les muscles, les tissus, les organes, les points d'acupuncture, les méridiens. Le Tui Na offre la possibilité, en préventif comme en curatif, de ré-harmoniser la circulation énergétique, de renforcer les fonctions vitales de l'organisme, de stimuler la circulation sanguine, d'éliminer les toxines.

#### L'ACUPUNCTURE : UNE AUTRE CORDE A SON ARC

Originnaire du Jura, cette jeune femme s'est formée à la médecine traditionnelle chinoise à l'académie Wang à Toulouse. Cette école enseigne les disciplines multiséculaires. Après trois ans de formation, elle va passer l'examen d'acupuntrice, 1<sup>er</sup> niveau. Elle va parfaire son expertise avec deux années supplémentaires d'études - avec une immersion dans l'Empire du Milieu - pour obtenir le 2<sup>e</sup> niveau.

Comment est-elle venue à cette médecine asiatique? « *C'est une reconversion professionnelle. J'étais auparavant animatrice puis je me suis installée en tant qu'agricultrice bio. J'avais suivi une formation de brevet professionnel d'exploitation agricole, axé sur le naturel : soins par les plantes (phytothérapie) et l'aromathérapie. Ce fut un déclic pour moi, tout comme le fait d'avoir eu des enfants.* » Avec eux, elle découvre le contact peau à peau, le toucher. Elle passe ainsi beaucoup de temps à les masser. Lorsque son projet agricole périclité, elle suit une formation de massages de bébés. « *J'ai accroché et j'ai fait le lien avec le soin par les médecines alternatives et naturelles.* »

Pour l'instant, son activité ne lui offre pas un temps plein. Elle complète ses revenus en étant masseuse dans un SPA sur Toulouse et en faisant de la retranscription en télétravail. Avec l'acupuncture, elle devrait y parvenir très prochainement. « *Choisissez un travail que vous aimez et vous n'aurez pas à travailler un seul jour de votre vie* » dit un proverbe chinois...

Article rédigé par **Sébastien VIVES**

Entrepreneur de Traits d'union, membre d'Ozon. [www.traits-dunion.fr](http://www.traits-dunion.fr)

\*Sur RV au cabinet « Espace Santé Chamier » (les jeudis et vendredis) : 28 avenue Chamier 82000 MONTAUBAN  
A son domicile (du lundi au mercredi) : Lunel 82130 LAFRANCAISE

**Virginie Fougère**

Tél. : 06 21 68 92 09

[www.escalebienetre82.com](http://www.escalebienetre82.com)