

## Notre passion devient Votre passion

Profitez :

- **de nos offres massage**  
au cabinet ou à domicile  
possibilité d'abonnement
- **de cours de haut niveau**  
ateliers personnalisés  
en groupe ou pour entreprise
- **de formateurs à votre écoute**
- **de nos expériences**
- **de prix abordables**

Vous hésitez ?

Toute notre équipe répondra volontiers  
à vos questions...

Au plaisir de vous rencontrer



[www.astn.ch](http://www.astn.ch)

Pierre-Alain Thorens  
079 397 35 47  
[gbe@astn.ch](mailto:gbe@astn.ch)

**massothérapeute *Digi-Touch-Therapy***

*2 adresses à votre disposition*

Fondation NetAge®  
Les Maisons de Pra Roman  
Route du Jorat 190a  
1000 Lausanne 26

Cabinet Pascale Thommen  
NaturellementVôtre  
Chemin de Montchoisi 3  
1350 Orbe

*Le mardi et vendredi matin  
sur RDV au 079 397 35 47*

*Tous les jours de 7h à 20h  
sur RDV au 024 441 31 27*

**formateur & collaborateur à l'ASTN**

Cours et ateliers, seul(e) ou en groupe

Centre AromaVôtre  
Pascale Thommen  
Chemin de Montchoisi 3  
1350 Orbe

*Infos et contacts*  
024 441 31 27  
[centre@astn.ch](mailto:centre@astn.ch)  
[www.astn.ch](http://www.astn.ch)

  
ASTN  
ACADÉMIE SUISSE  
DES THÉRAPIES NATURELLES



  
ASTN  
ACADÉMIE SUISSE  
DES THÉRAPIES NATURELLES

**Pierre-Alain Thorens**  
massothérapeute & formateur

**Découvrez nos prestations**



**GBE Gastronomie & Bien-être**



## Nos prestations en un coup d'œil

### Soins massages Digi-Touch-Therapy

*Notre choix de massages  
Au cabinet ou à domicile*

- *Massage RMN / durée 1h15*
- *Digi-Aro-Massage / durée de 30' à 1h30*
- *Drainage lymphatique / durée 1h à 1h30*
- *Massage assis Digi-Relax / durée 20'  
sur demande également pour sociétés*



*Infos massage RMN :  
rééquilibrage musculaire et nerveux*

Quelque soit votre souhait, notre méthode de massage et drainage **Digi-Touch-Therapy** vous apporte détente et bien-être. Tout en respectant vos choix, nous tenons compte de votre système nerveux, de l'oxygénation de vos muscles et de votre circulation sanguine par des gestes appropriés de digitopressure passant par les méridiens. Nous vous soulageons de vos blocages et vos tensions physiques ou psychiques.



### La cuisine aux huiles essentielles

*Préparations et dégustations  
Une activité spéciale et conviviale*

Atelier destiné à toute personne intéressée par la cuisine créative et/ou inventive.

Venez passer un bon moment dans une ambiance chaleureuse lors d'un atelier.

Pas besoin de savoir cuisiner, le but est de vous présenter de nouvelles saveurs très subtiles qu'offrent les huiles essentielles en cuisine.

Vous pourrez repartir avec de bonnes connaissances de base vous permettant par la suite une utilisation adéquate et sécuritaire des huiles essentielles.

Atelier et repas inclus.



#### *Programme*

- *Information sur les huiles essentielles*
- *Préparation de recettes*
- *Dégustation en commun*
- *Echanges et partages*

### La fabrication artisanale de savons

*Saponification traditionnelle à froid  
Le savoir faire du savon artisanal*

Ce cours vous permet d'apprendre à fabriquer vos propres savons 100% naturels.

Vous découvrirez toutes les techniques et calculs pour pouvoir maîtriser vos propres créations.

Le programme comporte le matin une partie théorique et l'après-midi un atelier pratique.

Compris la fabrication d'un pain (1 kg) de savon



#### *Programme*

- *Partie théorique et historique*
- *Calculs, sécurité et sur graissage*
- *Choix des ingrédients de base*
- *Huiles essentielles ou fragrances*
- *Autres additifs naturels*
- *Précautions et sécurité*
  
- *Démonstration de fabrication du savon*
- *Techniques de décoration et marbrage*
- *Fabrication de votre 1er savon*