

## Thérapie Craniosacrale

La thérapie craniosacrale est une thérapie corporelle holistique qui utilise des contacts fins et des impulsions douces pour stimuler les pouvoirs d'auto-guérison et renforcer la santé inhérente à la personne. Il convient à tous les groupes d'âge et s'est révélé être un soutien précieux pendant la grossesse ainsi que pour les soins postnatals. Il est souvent utilisé pour les nourrissons, par exemple en cas de problèmes de succion ou de sommeil, de crampes abdominales, de torticolis, d'asymétries crâniennes, d'enfants qui pleurent ou de problèmes de tonus. Chaque traitement est adapté à la situation individuelle, souvent les parents sont impliqués.

La méthode s'est développée au début du XX<sup>e</sup> siècle à partir de l'ostéopathie et a fini par devenir une méthode indépendante qui est désormais établie dans le monde entier. Selon une étude récente, il s'agit de la deuxième méthode de thérapie complémentaire la plus utilisée en Suisse. Son nom est dérivé des termes «cranium» et «sacrum», la zone où circule le liquide céphalo-rachidien, liquide qui est d'une importance capitale pour le système nerveux, les systèmes hormonal et lymphatique, le système immunitaire, bref pour l'organisme tout entier.

Les traitements destinés aux bébés et aux enfants sont une spécialisation de la thérapie craniosacrale. Les thérapeutes concernés traitent l'ensemble de l'organisme du bébé ou du jeune enfant par le toucher et la communication non verbale. Ils établissent un environnement protégé et orientent leur travail vers la santé inhérente. Ils accompagnent la libération des blocages et des tensions qui se fait depuis l'intérieur. Ils stimulent les pouvoirs d'auto-guérison du corps et de l'âme, libérant ainsi les tensions non seulement structurales mais aussi émotionnelles. En règle générale, quelques séances seulement suffisent pour constater des améliorations significatives. Parmi les effets positifs qui en résultent, mentionnons un sommeil plus profond, un équilibre intérieur, une plus grande capacité de concentration, plus de vitalité et une meilleure mobilité. L'efficacité de la thérapie craniosacrale a été prouvée par une étude comparative randomisée sur les coliques du nourrisson en 2019, par exemple, qui conclut que la thérapie craniosacrale réduit considérablement la durée des pleurs et la gravité des coliques tout en augmentant la durée totale du sommeil. «La thérapie craniosacrale semble être un traitement efficace et sûr pour les coliques infantiles.» Informations complémentaires: [www.craniosuisse.ch](http://www.craniosuisse.ch)



*Quando le silenzio agit...  
Wenn Stille bewegt...  
Quando il silenzio commuove...  
Sche silenzi comova...*

## La thérapie craniosacrale

La thérapie craniosacrale est une méthode de la thérapie complémentaire reconnue au niveau fédéral. Les assurances complémentaires couvrent en règle générale au moins une partie des frais de traitement.

La Société Suisse de Thérapie Craniosacrale garantit, sous le label de qualité Cranio Suisse®, que les membres praticiens disposent d'une formation de qualité et qu'ils suivent régulièrement des formations continues. Outre les connaissances professionnelles spécifiques à la méthode, ils possèdent également des connaissances médicales de base étendues.

Cranio Suisse® représente les intérêts de plus de 1200 professionnel-le-s spécialisé-e-s dans la thérapie craniosacrale en Suisse.

On trouvera sur le site [www.craniosuisse.ch](http://www.craniosuisse.ch) une liste des thérapeutes qualifié-e-s près de chez vous.

**Cranio Suisse®**  
Société Suisse de Thérapie  
Craniosacrale  
Hermetschloostrasse 70/4.01  
8048 Zurich  
Téléphone +41 44 500 24 25  
[contact@craniosuisse.ch](mailto:contact@craniosuisse.ch)  
[www.craniosuisse.ch](http://www.craniosuisse.ch)

**cranio  
suisse®**