

*Une séance de réflexologie plantaire dure
1 heure en moyenne.*

*Le nombre de consultations nécessaires à
l'amélioration d'un symptôme varie d'un
individu à l'autre, selon :*

- *le motif de la consultation*
- *l'ancienneté du ou des symptômes
(chroniques / aigus)*
- *la manière, propre à chacun, de réagir
à la réflexologie...*

La consultation de réflexologie ne dispense pas du diagnostic médical, ni ne se substitue au traitement médical. Elle intervient en complément de la médecine traditionnelle.



REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Pour l'équilibre de soi...



Sur RDV
06 08 26 08 23



Qu'est ce que **la réflexologie plantaire**?

La réflexologie est une technique manuelle, naturelle et ancestrale, contribuant à rétablir le potentiel d'**autorégulation** et d'**autoguérison** du corps humain.

Il existe sur chaque pied, considéré comme la représentation fidèle du corps humain, quelques 7200 terminaisons nerveuses, reliant chaque «**zone-réflexe**» à l'organe, glande ou partie du corps lui correspondant.

La réflexologie, par la stimulation des différents **points réflexes**, libère l'énergie vitale et agit sur tous les **symptômes physiques liés au stress** en :

- stimulant les défenses naturelles
- éliminant les tensions
- équilibrant les émotions

La **réflexologie plantaire** améliore la **circulation sanguine et lymphatique**, favorisant ainsi le retour veineux et l'**élimination des toxines**.

Pourquoi la réflexologie ?

La réflexologie plantaire procure à **tout âge** un «**mieux-être**» qui entraîne une profonde détente physique, nerveuse et émotionnelle.

Elle permet un retour à l'équilibre énergétique et agit sur :

- les tensions nerveuses et musculaires
- les maux chroniques
(migraine, sinusite, mal de dos...)
- les troubles digestifs
(acidité gastrique, constipation...)
- les troubles liés à la féminité
- le stress
(émotionnel, professionnel, préparation d'examens...)
- les troubles du sommeil, de l'humeur
(surmenage, anxiété, déprime)
- la fatigue de la future ou jeune maman...

L'action de la **réflexologie** est donc **préventive** et **curative**.

Equilibrer

Relaxer

Soulager

Harmoniser

Dynamiser