

Réflexologie

Plantaire et Palmaire

Qu'est-ce que la réflexologie ?

C'est une thérapie manuelle et naturelle de digitopression sollicitant notre énergie vitale par de douces pressions. Il y a dans les pieds 7200 terminaisons nerveuses ce qui ne peut laisser notre corps indifférent. Ils sont la représentation miniaturisée du corps humain et ils reflètent notre état de santé. Le pied est divisé en 10 zones réflexes dans lesquelles sont localisés chaque organe, glande ou partie du corps.

Comment cela fonctionne ?

Grâce à un toucher spécifique appliqué sur les zones réflexes, on peut localiser les tensions et rétablir l'équilibre corporel. La pression transmet l'information à l'organisme qui relance le courant énergétique. Ainsi le corps retrouve de manière naturelle, équilibre et harmonie... c'est ce que l'on appelle l'homéostasie.

Les bienfaits de la réflexologie

- procure du bien-être et amène à une détente profonde
- atténue le stress en libérant les tensions nerveuses
- améliore les circulations sanguine et lymphatique
- facilite les fonctions d'élimination du corps
- prévient, soulage voir élimine un grand nombre de troubles

Dans quels cas ?

- stress, surmenage, nervosité
- insomnie, fatigue chronique
- tension musculaire, maux de dos
- troubles digestif, respiratoire
- migraine, névralgie
- jambes lourdes, troubles féminins...

Pour qui ?

- bébé - enfant - adolescent
- adulte - femme enceinte
- personne âgée
- personnes en soin thérapeutique, en situation de handicap, à mobilité réduite...

Informations

Le réflexologue ne prescrit pas, ne diagnostique pas, ne se substitue pas au médecin. Une séance de Réflexologie vient en complément de la médecine traditionnelle, mais ne remplace pas la visite chez le médecin.

Les contre-indications à la réflexologie sont : la phlébite, la thrombophlébite, la fracture ou l'entorse du pied et par précaution les 3 premiers mois de la grossesse.

Pour tout renseignement, n'hésitez pas à me contacter

Muriel Catanese - 4, place du village 31390 Lafitte-Vigordane - 05 61 87 73 89