



PACIFIQUE Bien-Être

FAUPALA Lolésio

PRATICIEN BIEN-ÊTRE, non-voyant

Tél : 06 37 62 27 87

Courriel : bienetrepacifique@gmail.com

Diplôme reconnu par le Ministère du Travail

SIRET : 812 891 406 00017

Assurance professionnelle

La Réflexologie Plantaire Thaïlandaise traditionnelle

Appelé aussi *NUAD THAO*, massage des pieds, est une science qui part du principe qu'il y a sur la surface des deux pieds (face plantaire, dorsale, externe et interne) la totalité du corps appelée zone réflexe. La réflexologie traditionnelle thaïlandaise fait partie de la médecine thaïe, qui est très développée en Thaïlande. Sa pratique en Occident ne relève pas de la thérapie. La réflexologie permet d'accroître l'énergie d'un organe ou au contraire d'apaiser une suractivité localisée. Elle agit aussi bien sur les troubles physiques que psychiques. Elle est en effet particulièrement recommandée pour tous les maux liés au stress (allergies, asthme, anxiété...). L'un de ses premiers effets est la régulation du sommeil. Une boisson chaude après la réflexologie participera à cette élimination. La réflexologie plantaire est un massage des pieds et plus particulièrement de la voûte plantaire, et se pratique avec de l'huile. Elle s'effectue sur table de massage, le praticien enveloppe les pieds et les mollets du receveur dans des serviettes, afin de favoriser la détente. Il stimule ensuite les points réflexes avec les doigts ou encore à l'aide d'un bâtonnet thaï (stylet). La stimulation des zones se fait par des pressions fermes et mesurées.

Pour finir, le praticien effectue des massages jusqu'aux genoux, les pieds sont massés l'un après l'autre.

« Beaucoup pensent à vivre longtemps mais peu à vivre mieux » (Socrate).