

Le réflexologue

Est un **professionnel de la prévention**, de l'**accompagnement** à la santé et au bien-être; un professionnel de la relation d'aide et de la gestion du stress.

A suivi une formation validée par une attestation de **formation auprès d'écoles reconnues** par le SPR et la FFR d'un minimum de **200H**.

Exerce selon un **code de déontologie**; il ne pose pas de diagnostic et travaille dans le respect des soins médicaux déjà engagés.

Est en capacité d'animer des formations à l'utilisation de techniques d'auto-stimulation de zones réflexes (ateliers de groupe).

Peut intervenir dans des actions d'éducation pour la santé ou des PETP, Programme d'éducation Thérapeutique du Patient.

N'a pas de numéro ADELI, ni FINESS, ni RPPS (n'est pas un professionnel de la santé).

Trouver un réflexologue

Annuaire FFR



Annuaire SPR



Syndicat Professionnel
des **Réflexologues**



contact@syndicat-reflexologues.com



<https://syndicat-reflexologues.com>



Fédération Française des
RÉFLEXOLOGUES



contact@reflexologues.fr



<https://reflexologues.fr>

Réflexologie

LES DIFFÉRENTES DISCIPLINES...

PLANTAIRE



PALMAIRE



FACIALE



AURICULAIRE



Une discipline naturelle

QU'EST-CE QUE LA RÉFLEXOLOGIE ?

La réflexologie est une **discipline de santé naturelle**. Elle repose sur l'observation empirique que les pieds, les mains, les oreilles, l'abdomen ou encore le visage sont des représentations du corps entier.

Grâce à des techniques de type **pressions cutanées** sur des zones spécifiques du corps appelées « zones réflexes », la réflexologie vise à **réguler, maintenir et améliorer l'état de santé global**.

C'est une technique de soin douce, non invasive et complémentaire utilisée **en prévention et en accompagnement des traitements médicaux**.

Les recherches se multiplient afin de caractériser au mieux les effets induits par la réflexologie sur le corps.

Conformément à la loi, la pratique de la réflexologie ne peut être en aucun cas assimilée à des soins médicaux ou de kinésithérapie, mais à une technique de bien être par la relaxation physique et la détente libératrice de stress. (Loi du 30.04.1946, décret 60669 de l'article L.489 et de l'arrêté du 8.10.1996)

Bienfaits de la réflexologie

AMÉLIORER LA QUALITÉ DE VIE

- Régulation du stress
- Stimulation de la circulation veineuse et lymphatique
- Amélioration des différentes fonctions de l'organisme
- Diminution de certaines douleurs
- Renforcement du système immunitaire
- Harmonisation physique, psychique et émotionnelle.

Motifs de visite les plus fréquents

- Stress, burn out, angoisses
- Troubles du sommeil
- Problèmes digestifs
- Migraines, céphalées
- Jambes lourdes, œdèmes, hémorroïdes
- Troubles hormonaux : syndrome prémenstruel, ménopause
- Troubles cutanés
- Sciatalgies, lombalgies, cervicalgies...

Des précautions sont à prendre chez certains sujets fragiles. La réflexologie est contre indiquée en cas de troubles circulatoires comme les thromboses, les phlébites ou les artériopathies.

La réflexologie

QUI, QUOI, COMMENT, OÙ ?

Pour qui ?

Du nourrisson au senior



Pour quoi ?

Prévention et accompagnement

- > Prévention du stress
- > Amélioration de la qualité de vie
- > Accompagnement des maladies chroniques
- > Préparation et récupération du sportif

Comment ?

En séance individuelle
En atelier de groupe

Où ?

- En cabinet
- À domicile
- En institutions
Hôpitaux, cliniques, résidences séniories, maison de retraite, EHPAD...
- En entreprise