

Contact :
Le Jeune Delabare
Florence
06.24.35.12.54

Association Antennes du Cœur
18 Rue l'Abbé Hervouët
44670 Saint-Julien de Vouvantes
Siret : 926 226 769 000 16



La Réflexologie Intégrative à domicile

Animé par Florence Le Jeune Delabare :

Infirmière diplômée d'état et de secteur psychiatrique, formée en **Réflexologie Intégrative**. Je souhaite aujourd'hui mettre mes compétences au service du bien-être et de la prévention santé de tous et à l'accompagnement de toutes personnes en demande.

Qu'est-ce que la Réflexologie Intégrative ?

LA RÉFLEXOLOGIE est une technique manuelle, de stimulation avec le pouce sur les pieds et/ou les mains. Cette technique présume que par pression des zones dites réflexes qui sont en correspondance avec le corps, une information est mise à disposition au corps pour que celui-ci maintienne, recouvre ou optimise son état d'équilibre en fonction de ses ressources. Cette stimulation mobilise le principe d'autorégulation de la personne.

INTÉGRATIVE car les pieds nous parlent de la personne qui les habite dans toutes les différents aspects de sa vie. C'est à partir de la reconnaissance morphologique du pied ou de la main et de ses qualités particulières, que nous répondrons ensemble à :

Comment je bouge ? Qui suis-je ? Quelles sont mes capacités ? Comment puis-je les exprimer ? Comment la situation que je vis prend du sens ?

C'est en fonction de cette observation de la morphologie du pied et de la main que j'affine les stimulations, à chaque séance, pour chaque personne, et que j'adapte aussi mon écoute et ma façon de communiquer.

Les indications de soin en Réflexologie Intégrative :

- Prendre du temps pour soi
- La prévention avant chaque changement de saison
- Le maintien de l'autonomie
- Apaisement de la douleur chronique
- Accompagnement de l'Endométriose
- Réduction des troubles addictifs
- Apaisement du stress et de l'anxiété

Les intentions d'une séance de Réflexologie Intégrative :

Cette approche corporelle par le toucher des mains et des pieds permet :

- D'apporter de l'apaisement et du bien-être
- De soulager la douleur à plus ou moins long terme
- De fortifier l'immunité
- De stimuler tous les systèmes : nerveux, lymphatique, digestif, respiratoire, articulaire, musculaire, hormonal pour aider l'auto régulation inhérente à chacun

Au-delà du soin sur le corps, ces soins ont pour objectif de stimuler la relation à soi et au monde.

Propositions :

- Séances Occasionnelles de bien-être et de ressourcement
- Séances dans le cadre de la mise en place d'un protocole de soins et de visites régulières

A savoir :

1 séance hebdomadaire pendant 3 semaines : qui contiendra le recueil d'informations cliniques avec un questionnaire santé, la prise de contact et la mise en confiance

1 séance mensuelle sur le reste de l'année : qui permettra de maintenir le lien et le mieux-être, d'accompagner les processus de changement et de découvrir des ressources cachées

Retombées ou effets attendus d'un protocole

- Humeur en hausse en lien avec une meilleure adaptation à son quotidien
- Mise en valeur de sa singularité et de ses potentiels
- Meilleure expression tant verbale que physique des situations vécues dans l'instant
- Renforcement de l'autonomie et/ou un maintien de celle-ci

La séance :

Elle dure **1h à 1h15**. Prévoir un temps d'installation de l'espace de soin.

Une première partie est consacrée à ouvrir un **espace de communication**.

Une seconde partie concerne le **soin** à proprement dit. Celui-ci se passe allongé, soit sur une table de massage soit sur un lit. Il dure environ 35 minutes.

J'adapterai le soin aux mains si l'accès aux pieds n'est pas possible ou non désiré.

Conditions matérielles :

Soit dans une salle mise à disposition dans laquelle il est possible d'installer ma table de massage et j'aménage l'éclairage et l'espace sonore.

Soit dans une chambre, sur un lit, avec des coussins adaptés apportés par mes soins, dans le cas des personnes ne pouvant faire autrement.

Le coût :

- **70€** la séance occasionnelle
- **60€** la séance inscrite dans un protocole de soins

840€ l'année qui représentent **14 séances à 60€**, payable mensuellement 70€/mois.
3 séances hebdomadaires le premier mois puis 11 séances mensuelles sur une année.

Association Antennes du Cœur

18 rue de l'Abbé Hervouët
44670 Saint-Julien de Vouvantes
Siret : 926 226 769 000 16