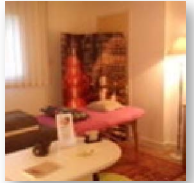


## A Brest (Finistère)



Nous avons mis en place avec des collègues professionnelles de la mode et du bien-être une journée intitulée "journée de la mode et du bien-être" le samedi 28 novembre à l'hôtel IBIS Port de Commerce de Brest.

Cet événement nous a permis de nous faire connaître auprès de futurs clients potentiels dans le but de redynamiser nos activités respectives.



Ce fut personnellement un challenge, du fait de devoir présenter la réflexologie de manière uniquement théorique avec un langage réflexologique bien cadré en 15 minutes maximum par personne !!!

Les prises de rendez-vous ont suivi et devant le succès de cette première expérience, nous avons décidé de renouveler cette opération deux à trois fois courant 2016.

En ce qui me concerne, cela fait un an que j'ai créé mon entreprise sous le statut d'auto-entrepreneur.

Je suis réflexologue-titre RNCP issue de l'Ecole Elisabeth Breton certifiée le 22 novembre 2014.

Durant cette année, j'ai créé mon site internet <http://reflexochantalbrest.com>.

J'ai également créé une page Facebook pro que je fais vivre régulièrement en publiant des articles et des liens en relation avec la réflexologie ou le bien-être en général :

<https://www.facebook.com/reflexochantalbrest> ainsi que des flyers publicitaires.

En janvier 2016, je m'installe dans de nouveaux locaux professionnels, avec une pédicure-podologue. Ceci a été une grande opportunité et je n'ai pas hésité une seconde car l'emplacement plein centre ville de Brest avec beaucoup de passage va me permettre d'élargir ma clientèle.

De plus, j'installe une plaque professionnelle à l'entrée de l'immeuble pour une meilleure visibilité.

Je développe l'activité petit à petit avec beaucoup de plaisir et de motivation !

Chantal Simon-Peuch  
[reflexochantalbrest.com](http://reflexochantalbrest.com)

## A Cavillon (Vaucluse)



Je m'appelle Laure et j'ai suivi la formation de réflexologie plantaire de Mireille Meunier l'année dernière, alors que j'étais en congé parental.

Mais mon métier depuis 13 ans, c'est *orthoptiste*. C'est pour ça qu'une personne de mon entourage, qui m'avait déjà « prêté » ses pieds plusieurs fois afin que je m'exerce, m'a demandé si je pouvais faire quelque chose pour une petite fille de 8 ans, Clara, qui avait un strabisme divergent intermittent et qui souffrait toujours de maux de tête réguliers malgré une soixantaine de séances de rééducation orthoptique. Une intervention chirurgicale était même envisagée.

Spontanément, mon côté orthoptiste m'a fait répondre Non. Mais j'ai quand même parlé de son cas lors de la session de formation suivante et tout le monde m'a encouragé à essayer la réflexologie avec elle.

Quelques jours plus tard, je m'installais donc aux pieds de ma petite patiente avec un peu d'appréhension. D'une part, parce que les seuls enfants que j'avais traité jusque-là, c'étaient les miens. D'autre part, parce que je n'avais aucune idée des effets que pouvait avoir la séance sur son œil, et que j'aime bien maîtriser mon sujet...

Sa maman m'avait quand même dit qu'elle avait déjà reçu une séance l'année précédente et qu'elle l'avait bien détendue. Il faut signaler que cette petite fille est de nature anxieuse. J'ai donc essayé de créer un climat de détente, avec musique, lecture de BD et je pense y être parvenue puisqu'elle s'est endormie vers la moitié de la séance.

Et c'est une petite fille plus décontractée qui est ressortie de chez moi.

Sa maman est revenue la semaine suivante, pour elle cette fois, et elle m'a donné des nouvelles de Clara. Elle avait beaucoup pleuré le lendemain matin, sans pouvoir donner de raison. Et pendant la semaine, son œil divergeait moins souvent et moins loin, avec un meilleur confort pour elle. Ce qui a beaucoup étonné son papa qui aurait dit : « Mais qu'est-ce que vous lui avez fait ? », et moi donc !

Nous n'avons pas fait d'autre séance mais cette expérience fut riche d'enseignements pour moi. J'étais sceptique (c'est un domaine que je pensais connaître) et les résultats, sur une seule séance, ont été très positifs.

Dans quelques mois, mon congé parental prendra fin. Je ne sais pas encore si je vais reprendre mon travail d'orthoptiste, j'ai très envie de me consacrer totalement à la réflexologie plantaire, mais si c'est le cas, mon approche ne sera assurément plus la même.

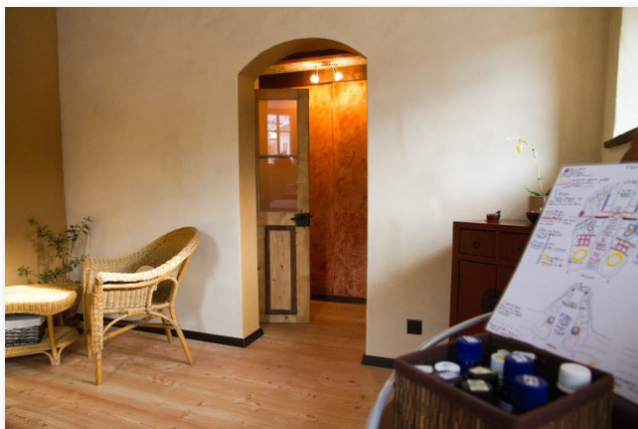
Laure Di Giulio

## En Suisse

*« Nos pieds marchent sur la terre, et grâce à cela notre esprit est relié à l'univers. »  
Jenny Wallace.*

Cette citation amérindienne résonne avec mon expérience actuelle de la réflexologie. Bien qu'effectuée sur les pieds, son action va bien au-delà du physique, dans les sphères émotionnelles, mentales et spirituelles. La formation que je suis en 2011 avec Mireille Meunier, dans le cadre profondément ressourçant de Saint Antoine l'Abbaye, est d'une richesse et d'une profondeur que je ne soupçonnais pas. Elle ne m'a pas seulement apporté sur le plan professionnel, mais aussi sur le plan humain. Je repars enrichie en connaissance de moi, en confiance, ouverte à la dimension de l'énergétique chinoise, curieuse et impressionnée par la réflexologie. En un mot, « grandie » ! A ce moment-là, mon parcours de vie m'emène en Suisse, et c'est donc dans les Alpes Valaisannes que je me lance en tant que réflexologue. Je découvre non seulement un nouveau pays et une autre culture, mais aussi que les approches alternatives y sont connues et reconnues. J'apprécie d'emblée de recevoir en partie des personnes qui viennent régulièrement s'accorder un espace de retour à soi, et qui sont sensibles à la prévention.

Les séances de réflexologie sont remboursées par les complémentaires (mutuelles) si les thérapeutes ont



été préalablement accrédités. Une fois affiliés, nous sommes tenus à un certain nombre d'heures annuelles de formation continue.

Pendant les séances, j'aime accompagner les personnes en leur proposant des outils (respirations, zones réflexes, visualisations ou autres) qu'elles pourront réinvestir par la suite. De par mon expérience professionnelle parallèle, il m'est important que la personne, si elle le souhaite toutefois, se connecte à la partie de son corps dont je travaille la zone réflexe ; en y respirant, en la touchant peut-être, en y amenant son attention, en parlant de son ressenti, en accueillant les émotions qui peuvent alors émerger. En développant sa conscience corporelle et émotionnelle, la personne reprend petit à petit les rênes de sa vie en main. Je donne alors un coup de pouce !

Plus j'avance dans l'univers de la réflexologie, plus je découvre combien il est vaste, précieux, surprenant et riche. Les pieds m'ont déjà emmenée bien plus loin que je ne le pensais... et pas à pas, le voyage continue.



Anaïs Gantès

[www.santepasapas.ch](http://www.santepasapas.ch)



## A Parthenay (Deux-Sèvres)

Passionnée depuis mon adolescence par la réflexologie, j'ai pu donner "corps" à mon rêve à partir de l'année 2010 grâce à ma rencontre avec Elisabeth Breton.

Depuis lors, j'approfondis sans cesse mes connaissances en participant aux différents modules de perfectionnement qu'elle propose.

Après avoir pratiqué dans un cercle amical et associatif, je me suis installée, en 2012, au sein d'un cabinet de kinésithérapeutes.

Ayant à coeur de travailler en collaboration avec le corps médical (kinésithérapeute, ostéopathe, psychologue, comportementaliste, flébologue...) j'ai pu développer un partenariat avec différents professionnels de la santé et apprécie chaque jour l'enrichissement que cela m'apporte tant d'un point de vue professionnel que personnel.

Ci-dessous mon petit publi-reportage paru dans Le Petit Economiste

Sandrine Chretien

### Publi reportage LA RÉFLEXOLOGIE, UNE SOLUTION POUR MIEUX GÉRER SON STRESS

**B**ien-être, relaxation, gestion du stress, Sandrine Chrétien, relaxologue-réflexologue utilise cette technique de soins manuelle, naturelle et efficace pour prévenir et soulager un grand nombre de troubles fonctionnels tels que insomnie, migraine, tension nerveuse, trouble de l'anxiété, troubles de l'attention, cycle menstruel, ménopause, fatigue, douleur, ... Enfant adopté ou souffrant d'une mauvaise communication avec ses parents, la réflexologie apporte également des solutions.

Un travail en douceur, avec des huiles cosmétiques bio, est réalisé sur les points réflexes du corps (mains, pieds, visage et oreilles) et permet de relaxer, réguler le système nerveux et hormonal, activer la circulation sanguine et lymphatique.

Le premier rendez-vous peut durer 2 heures, un échange verbal préalable est primordial avant le soin.

➔ Sandrine Chrétien  
Relaxologue-réflexologue  
53 av. du Général de Gaulle  
Parthenay  
Tél. 06 10 24 53 32  
[www.facebook.com/Cabinet-de-reflexologie-Sandrine-Chretien](http://www.facebook.com/Cabinet-de-reflexologie-Sandrine-Chretien)



La réflexologie à un effet calmant, apaisant, déstressant, revitalisant et rééquilibrant.

National des Certifications Professionnelles. « Le corps et l'esprit sont indissociables ». Deux années d'étude en psychologie, la jeune femme est très attentive aux problématiques rencontrées ce qui lui permet de mieux les appréhender et orienter le client, si nécessaire, vers des thérapeutes (psychologue, ostéopathe...).

Dans le cadre d'une étude pilote mise en place par l'école de réflexologie d'Elisabeth Breton et chapeauté par le Docteur Alain Jacquet du CHU de Bordeaux, sur le degré du stress en entreprise et le risque d'exposition au « burnout », Sandrine Chrétien recherche des volontaires. La sélection s'effectue à l'aide d'un questionnaire, les personnes compatibles bénéficieront ensuite de 6 séances test gratuites.

■ Céline Bœuf-Trableau

Installée depuis 2013 en centre-ville de Parthenay, Sandrine Chrétien est une praticienne certifiée de la réflexologie - Titre RNCP, c'est-à-dire enregistré au Répertoire