

Rencontre avec Yvette Guyomarch

Réflexologue plantaire

Contact

1 rue de Foncemagne, le Clos Vert 45000 ORLEANS
8 B rue de Lahire, Le Royal 45000 ORLEANS
06.83.99.27.50

1) Bonjour Yvette, quel est votre parcours ?

Depuis 10 ans, je me suis formée à la réflexologie plantaire, d'abord occidentale puis thaï. Certifiée depuis 2007 je participe régulièrement à des ateliers de perfectionnement. J'ai d'abord travaillé durant de nombreuses années dans une grande entreprise en qualité de gestionnaire des ressources humaines. Parallèlement à ma carrière, j'ai suivi un cheminement personnel dans le domaine des sciences humaines et de la santé, m'initiant à la psychologie, la morphopsychologie et la diététique.

2) Qu'est-ce que la réflexologie plantaire ?

Cette technique est fondée sur l'idée que le pied représente un miroir du corps en miniature. Chaque partie du corps y trouve son reflet au niveau de ce que l'on appelle une zone réflexe. La manipulation du pied sert à tester les zones douloureuses et à les traiter. La Réflexologie plantaire dynamise l'organisme, harmonise les fonctions vitales, libère les tensions nerveuses, soulage les douleurs musculaires, améliore la circulation sanguine et lymphatique, apporte détente et relaxation profonde.

3) Quel est le public concerné ?

La Réflexologie s'adresse à tout le monde, du bébé de quelques semaines à la personne âgée. Toutefois, il existe des contre-indications pour les personnes ayant souffert de phlébite, inflammations des pieds, blessures et aussi durant les 3 premiers mois de grossesse.

4) Pouvez-vous nous décrire une séance type ?

La séance commence par un entretien qui permet de cerner votre état de santé, vos habitudes de vie et de préciser vos attentes. Vous êtes installé sur une table de massage et je procède au nettoyage de vos pieds avec des lingettes rafraîchissantes. Je pratique ensuite quelques mouvements de relaxation pour favoriser votre détente et je commence le travail de réflexologie pour activer l'ensemble de vos systèmes endocriniens, respiratoire, digestif etc..

La séance se passe en musique pour favoriser la détente. Durant la séance, il se peut que certaines zones soient douloureuses. J'adapte alors ma pression à votre ressenti. Le travail consiste en une alternance de mouvements de reptation, de pressions et de lissage.

5) Quel est la durée d'une séance, la fréquence recommandée ainsi que le tarif ?

La séance dure 60 mn (pour les enfants elle est plus courte)

6) Qu'est-ce qui vous plaît dans ce métier ?

C'est un bonheur pour moi de pouvoir aider les autres et de leur apporter un mieux être par ma technique et mon écoute. Cette activité m'invite à un renouvellement constant de ma pratique grâce aux rencontres et aux résultats avérés..