



# Rencontre avec Luciole Cavalet

*Réflexologue - Praticienne en intégration des réflexes archaïques*

## Contact

9 rue Arthur Rimbaud - 45800 St Jean de Braye  
06 87 05 61 53

### 1) Bonjour Luciole quel est votre parcours ?

Après des études dans une école des métiers d'arts et quelques années dans l'artisanat d'art, je me suis reconvertie dans un métier "axé sur l'humain": auxiliaire de puériculture. Avidée de connaissances et de compréhension des fonctionnements de l'être humain, j'ai suivi différentes formations, notamment sur la sophro analyse des mémoires prénatale de la naissance et de l'enfance, aux réflexes archaïques et à la réflexologie. Depuis janvier 2020 je suis étudiante en psychothérapie et psychanalyse.

### 2) Quelles sont ces méthodes ?

- Equilibre et centrage avec l'intégration des mouvements et réflexes archaïques qui apportent un nouvel angle, un nouveau regard sur les difficultés cognitives, émotionnelles, corporelles et posturales tant pour les enfants que les adolescents et adultes.

- La réflexologie émotionnelle consiste à mettre en parallèle nos émotions, bonnes ou mauvaises, avec l'état de santé des organes qui habitent notre corps. On parle alors de rééquilibrage émotionnel et énergétique. Une émotion enfouie ou exprimée avec trop de vigueur peut avoir un impact direct sur la bonne santé de nos organes. Aussi est-il essentiel de faire appel à la réflexologie émotionnelle pour entreprendre un travail de rééquilibrage.

### 3) Quel est le public concerné ?

Dès la naissance et sans limite d'âge. Pour des difficultés d'apprentissage et/ou relationnelles; trouble "DYS", TDA - TDAH, HP, autisme...(trouble du langage, difficultés à lire, à écrire, difficulté de concentration, d'organisation...) peurs, phobies, trouble du sommeil, stress, anxiété, hypersensibilité, agressivité, dépendance, burn-out, déséquilibres posturaux, difficultés de coordination, conscience du corps, agitation, maladresse...

### 4) Pouvez-vous nous décrire une séance type ?

Je procède à un entretien sur les ressentis corporels et les attentes du patient.

- La méthode d'intégration des réflexes archaïques s'appuie sur une pratique manuelle qui permet de rééduquer le système nerveux en passant par le corps. En séance nous utiliserons des mouvements rythmiques corporels simples, des pressions isométriques (contre résistance), très spécifiques, effectués lentement, de façon à redonner au système corps/mental des informations. La séance se fait debout, au sol ou sur table de massage.

-En réflexologie, la séance se déroule pieds nus, installé confortablement sur une table de massage, les jambes légèrement relevées, couvert d'un plaid apportant chaleur et confort si besoin. Les zones de tensions et les points sensibles seront perçus. Ces zones sensibles, signes d'un dysfonctionnement, seront alors stimulées sur les zones réflexes des organes correspondants par différentes techniques appropriées. L'ensemble des soins apportés est en permanence, adapté aux ressentis et émotions du patient.

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

Entre 15min et 1h15, tarif allant de 25 à 50 euros, fréquence en fonction de chacun.

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

Je me suis rapprochée de mes appétences à savoir : l'écoute et le bien être de la personne dans son ensemble. Mon empathie et ma sensibilité m'ont dirigée vers ces méthodes naturelles. Elles permettent d'harmoniser, d'équilibrer, décoder, libérer des émotions pour favoriser la libération des tensions, des blocages et ainsi soulager au mieux les perturbations physiques, psychiques et émotionnelles en fonction de chaque individu. Mon cheminement intérieur m'a donné l'envie d'accompagner les autres à la découverte de ce qu'il sont vraiment, voilà ce qui me plaît! Je suis toujours en chemin : curieuse de découverte, d'enrichissement.