

JANVIER 2026

# NEWSLETTER

NEWSLETTER #5

## Le massage shiatsu crânien

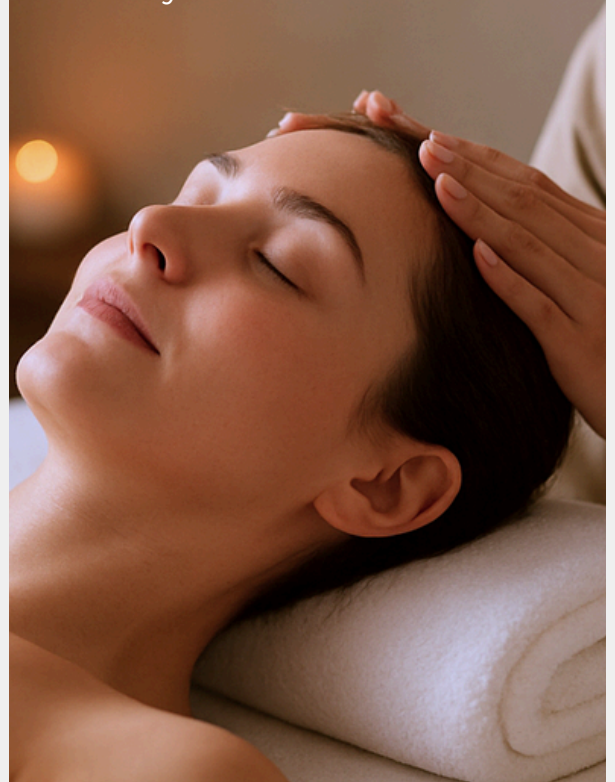
INFINITE  
iEALTH

Ce massage est la stimulation de points d'acupuncture et de zones réflexes de la tête et du visage. Il va rapidement détendre tout le corps et en particulier, la nuque, les cervicales et les épaules. Il est très efficace en cas de surcharge mentale, manque de sommeil, anxiété, maux de tête. Il détend les tensions liées au stress et permet également d'éveiller la conscience.

Il rétablit l'équilibre du Qi (énergie vitale en médecine traditionnelle chinoise) par la stimulation des méridiens de tout le corps,

Combiné avec une réflexologie plantaire il permet de travailler le corps dans sa globalité et de favoriser le système immunitaire.

Après une séance vous ressentez une sensation de bien-être et de calme mental. L'expression de votre visage et de votre regard change, vous rayonnez de vitalité !





# La réflexologie plantaire holistique

## D'où vient la réflexologie holistique\* ?

La réflexologie plantaire holistique est née de savoirs anciens (Egypte, Asie), structurée par la médecine occidentale moderne, puis enrichie par une vision globale de l'être humain. En Chine la MTC (Médecine Traditionnelle Chinoise) vieille de plus de 4000 ans, repose sur la circulation de l'énergie vitale (le Qi) et l'idée que certaines zones du corps sont reliées aux organes.

## Et si vous preniez un moment pour vraiment souffler ?

Dans nos vies souvent trop rapides le corps parle...Fatigue, tensions, stress, émotions qui s'accumulent sans qu'on s'en rende compte. La réflexologie est une invitation à ralentir.

Un temps pour vous où le corps, l'esprit, et les émotions sont considérés comme un tout. En stimulant des zones précises des pieds, véritable miroir de l'organisme, ce soin aide à :

- relâcher les tensions profondes
- apaiser le stress et le mental
- favoriser l'équilibre naturel du corps
- se reconnecter avec ses sensations

## Les bienfaits de la réflexologie plantaire :

- calme le stress et l'anxiété
- renforce le système immunitaire
- active la circulation sanguine et lymphatique
- soulage les douleurs, en particulier du dos, du cou, de la tête et des oreilles
- réduit l'insomnie et améliore la qualité du sommeil
- favorise les mécanismes de dépuración en aidant à éliminer les toxines de l'organisme
- équilibre le système nerveux central et périphérique
- restitue les niveaux d'énergie en les stabilisant
- stimule la créativité, augmente le niveau de vitalité et améliore l'humeur...

\*Holistique : les différents corps - physique, mental, émotionnel et énergétique - sont reliés entre eux et interagissent ensemble. Le mot holistique est dérivé du grec « holos » qui signifie « tout entier ».