

L'aromathérapie

L'huile essentielle est l'âme de la plante. Chacune possède sa propre personnalité et contient sa force vitale sous forme concentrée. L'aromathérapie stimule l'ensemble de nos organes sensoriels. Les parfums et les souvenirs sont associés dans notre cerveau. Les huiles essentielles peuvent influencer la motivation, la créativité, les sentiments, la concentration, la production hormonale, le système neurovégétatif, les peurs, les angoisses...

Le massage aux pierres fines

Ce massage allie l'effet du massage et les vertus des pierres. Il procure une relaxation profonde, apaise les douleurs physiques et psychiques, permet de relâcher les tensions musculaires, les crampes, le stress, augmente l'énergie vitale et la tonicité du corps, nous permet d'avancer sur notre chemin.

Le massage en AyurVeda

AyurVeda est un terme sanskrit signifiant « Science de la Vie ». En AyurVeda chaque être est indivisible. Il est constitué de données physiques, psychiques, spirituelles, comportementales et environnementales. C'est dans ce sens, qu'elle propose des stratégies préventives et thérapeutiques visant à maintenir ou retrouver le capital santé physique, mental et spirituel.

Les massages :

Les points marmas : la stimulation des muscles liés aux organes et aux tissus peut rétablir le flux énergétique, équilibrer les doshas, stimuler ou détendre

Le Mahabhyanga : agit sur les 3 systèmes de circulation de l'organisme : sanguin, lymphatique et nerveux. Il équilibre, apaise douleurs et tensions, améliore la capacité respiratoire, détend, réduit le stress, la nervosité

Le svedana (thérapie de sudation) : vapeur et huiles essentielles pour éliminer, détoxifier et purifier l'organisme.

Le massage du visage : la beauté est un accord parfait entre l'esprit et les sens

Pada : régule la transpiration, améliore la circulation sanguine, apaise les inflammations et soigne les affections des pieds. Ce massage donne l'impression d'avoir reçu un massage du corps entier

La Réflexothérapie et la Réflexochromie

La réflexothérapie est une méthode thérapeutique complémentaire qui renforce le processus d'autoguérison et la régulation du fonctionnement corporel et psychoaffectif. Cela permet ainsi de rétablir l'équilibre naturel, l'homéostasie.

La thérapie consiste à exercer des pressions sur certaines zones cutanées, les zones réflexes. Chaque zone correspond à un organe ou glande selon une cartographie précise.

C'est un soin préventif, relaxant et curatif. Elle favorise l'élimination des toxines, équilibre les systèmes circulatoires (lymphatique et sanguin), nerveux, détend et harmonise les énergies. Elle soutient les défenses naturelles, soulage certaines douleurs : articulaires, dorsales, intestinales, maux de tête, anxiété, épuisement, stress...

La réflexochromie utilise la projection des couleurs sur les zones réflexes des pieds afin de rétablir l'homéostasie, soulager des maux



SURYA

Valérie Ludeke

Thérapeute et Infirmière en hygiène
maternelle et pédiatrie

Membre PROREFLEXO et ISMAC

Rue du Fort 12 – 1188 Gimel

079/772.59.54

mail : c.surya@bluewin.ch

www.csurya.jimdo.com



Réflexothérapie :

Cours et séances

Agréée ASCA et RME

Réflexochromie :

consultations

Aromathérapie

Cours, consultations et préparations

Massages en AyurVeda

Drainage lymphatique

Massages aux pierres semi- précieuses

Magasin Bien-être

AMELO

Fabrication artisanale de produits
cosmétiques naturelles à Gimel

SURYA



Pour prendre rendez-vous

surya.agenda.ch