Naturopathe/ Réflexologue

Prénom et Nom: **Anaïs Clavieres**

Compétence(s)/proposition thérapeutique :

- ***Réflexologie plantaire « intuitive »***

  Il s'agit d'un ensemble de mouvements au niveau des pieds. La séance se compose d'un mélange de pressions sur des points précis (terminaisons nerveuses), de mouvements de relaxation, de respiration.
  Cette pratique permet au corps de s'auto réguler, et entre autres, de dénouer des tensions et blocages sur les différentes parties du corps, d'aider la circulation sanguine et lymphatique, de retrouver un mieux-être, un bien être.

- ***Naturopathie***

  Permet d'appréhender l'individu dans sa globalité (Nous prenons en compte l'état émotionnel, physique, énergétique.) et d'aider le corps à s'auto réguler grâce à l'alimentation saine, la phytothérapie, la micronutrition, l'argilo thérapie, etc.
  Spécialisation en Naturo-pédiatrie (enfants de 0 à 10 ans)

- ***Centre Bol d'air Jacquier agrée***

  Le bol d'air Jacquier est un appareil qui optimise l'oxygénation des cellules. (Infos sur le site d'Holiste)
  Cela va permettre de « stimuler les défenses immunitaires, réduire l'inflammation du corps, mieux métaboliser les sucres et graisses, améliorer le sommeil et réduire le stress.

  - Localisation : Bressols
  - Coordonnées : 06 95 70 48 02