

## Partir du bon pied

... Et soigner les maux du quotidien



Partir du bon pied

Les pieds sont l'une des parties du corps les plus exposées. En portant tout le corps, ils subissent diverses pressions et peuvent souffrir de différents troubles. Le pédicure-podologue est un professionnel de santé. Pour exercer ce métier, le diplôme d'État (DE) est obligatoire. Après un bac scientifique de préférence, ce diplôme se prépare en trois années dans un institut de formation en pédicure-podologie.

Agnès Le Saux a choisi ce métier qu'elle a exercé près de quinze ans, à partir de 2005, à Lectoure où elle s'était installée Rue Nationale.

Mais, dès le départ, elle s'est orientée vers la réflexologie plantaire en complément des soins qu'elle apportait à ses patients. Après une première formation en réflexologie plantaire, avec la méthode Ingham, dès 2007.

Cette discipline exige une parfaite connaissance de l'anatomie du pied, plusieurs méthodes existent pour y recourir. Le toucher des pieds à des fins thérapeutiques existe depuis la nuit des temps, la Méthode originale Ingham est à l'origine de la réflexologie moderne en Occident et date des années 1930.

### De la réflexologie à la médecine tibétaine

Après avoir débuté avec la méthode Ingham, Agnès décide, en 2011, d'en chercher une autre plus précise, basée sur le système nerveux lui-même et, de ce fait, plus efficace. Sachant que la prise en charge du patient pouvait être encore plus globale, Agnès a voulu compléter sa formation avec un apprentissage de la médecine tibétaine.

Elle a alors suivi quatre ans de formation, à Toulouse, auprès d'un médecin tibétain, puis un séjour en Inde avec ce professeur et un groupe d'étudiants lui a permis de compléter sur place cet enseignement.

Selon cet enseignement, chaque individu est constitué de trois énergies différentes. Si elles sont en équilibre harmonieux, l'être humain est en bonne santé. Si, en revanche, une d'entre elles subit un déséquilibre, la santé est alors perturbée. Pour y remédier, il faut donc parvenir à un rééquilibrage.

### Une séance qui ne ressemblera jamais à la précédente

Comme il est possible d'intervenir aussi bien sur le plan physique que mental et spirituel, la relation avec le patient se fera sur la base de la confiance, de l'écoute. Avant d'entamer un soin pour déterminer quelles techniques utiliser, un entretien préalable sera nécessaire. Après chaque séance, il convient de voir comment la personne réagit. Agnès accompagne les gens sans maintenir de dépendance.

Agnès traite des patients de tous âges, des bébés aux personnes âgées. Ainsi récemment, elle a reçu une dame de 95 ans à laquelle ses enfants, déjà venus et satisfaits des résultats obtenus, avaient souhaité offrir une séance.

### Comment traiter ?

Le massage thérapeutique tibétain a surtout le pouvoir de réconcilier le corps et l'esprit. Une fois libéré des tensions, le corps est alors davantage en mesure de se défendre et de mieux combattre le stress, notamment. Pour y arriver, il faut utiliser différentes techniques :

**Des pochons**, appelés "hormés", souvent en forme d'aumônières à base d'herbes médicinales aromatiques, trempés dans l'huile chaude servent aux massages .



**Des pierres chaudes** : leur chaleur pénètre à l'intérieur du corps et donne vraiment l'impression d'agir doucement mais sûrement en profondeur, et d'éliminer la moindre impression de tension que le corps peut ressentir.



**Des diapasons** peuvent s'assimiler à de l'acupuncture par le son. Ils produisent des ultrasons et des vibrations qui vont pénétrer en douceur dans le corps pour se diffuser dans les muscles, os, organes afin de les détendre et stimuler leur auto-régénération.

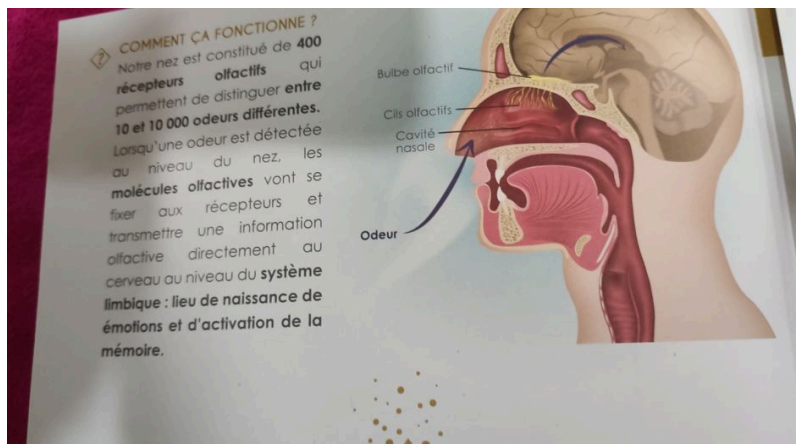
**Des bols tibétains** aux vibrations longues et profondes. Le son provoqué par l'instrument de percussion sur le bol apaise les tensions et libère les blocages émotionnels.

Agnès n'utilise que des huiles végétales biologiques dont elle connaît la provenance. Car ce qui compte pour elle, c'est la qualité des produits dont elle se sert.



### Se former en permanence

Pour pouvoir soigner du mieux possible, Agnès se forme en permanence. Dernière session suivie, l'olfactothérapie ou thérapie olfactive, il s'agit de l'une des trois applications de l'aromathérapie qui s'applique à la sphère psycho-émotionnelle. Elle utilise les odeurs des huiles essentielles, par le sens de l'odorat, pour transmettre des informations au cerveau limbique qui gère, entre autres, nos émotions, notre comportement et notre bien-être. En résumé, c'est une méthode thérapeutique d'accompagnement et de libération des émotions.



Renseignements et prises de rendez-vous au 06 83 31 53 95.

Agnès Le Saux - 23, rue Jules-de-Sardac, à Lectoure

Réflexologie plantaire, médecine tibétaine et olfactothérapie

Facilités de stationnement, dans la même rue, parking à proximité face au cabinet.



Pour les fêtes toutes proches, une bonne idée de cadeau : faire découvrir ces soins tibétains !